



COVID-19

Enfekte bir kişiyle temas – ne yapmalı?

SARS-CoV-2 koronavirüs enfeksiyonları önceden olduğu gibi yaygın durumda. Ancak, pandeminin ilk yıllarından farklı olarak bugün korunma seçenekleri hakkındaki bilgi düzeyi daha yüksek olup aşılardan ve antiviral ilaçlar sayesinde hastalığın ağır, hayati tehlike arz eden bir şekilde seyrini önlemek için etkili araçlar mevcuttur. Bu sayede, birçok insan için enfeksiyon riski daha azalmıştır. Bununla birlikte, yaşları veya daha önce geçirmiş oldukları hastalıklar nedeniyle ciddi hastalık riski yüksek olan kişilerin eskisi gibi özel korumaya ihtiyacı vardır.

Bulaşmaları önlemek ve enfeksiyon zincirlerini kırmak için, kendi sorumluluğunuzda hareket etmeniz belirleyici bir katkı sağlar.

SARS-CoV-2 koronavirüs ile ne zaman bir enfeksiyon riski vardır?

Şu hallerde enfekte bir kişiyle yakın temasta bulunmuşsanız, bulaşma riski vardır:

- enfekte kişinin semptomlarının başlamasından önceki 2 gün içerisinde,
- enfekte kişinin hastalık belirtileri gösterdiği tüm süre boyunca,
- ve enfekte kişiden pozitif test sonucu alınmadan önceki 2 gün içerisinde, enfekte kişi herhangi bir hastalık belirtisi göstermediyse.

Bir “yakın temas”, örneğin aralarındaki mesafe 10 dakikadan daha uzun bir süre boyunca 1,5 metreden az olduğunda ve ne enfekte kişinin ne de temasta bulunduğu kişilerin sürekli ve doğru bir şekilde tıbbi bir yüz maskesi veya FFP2 maske takmadığı durumdur. Buna ek olarak, her ikisi de maske takmamışsa, enfekte kişi ile temaslı kişi arasındaki bir konuşma, ne kadar sürerse sürsün her zaman “yakın temas” olarak kabul edilir.

Akut bulaşma riski, genellikle enfekte olan kişinin semptomları ortadan kalkıncaya kadar devam eder.

Sağlık müdürlüğü benimle iletişime geçecek mi?

Test sonucu pozitif çıkan kişiler için izolasyon yükümlülüğünde olduğu gibi, yakın temaslı kişiler için genel karantina yükümlülüğü de kaldırılmıştır. Bunların yerini, test sonucu pozitif çıkan kişiler için zorunlu koruyucu önlemler almıştır: Hastalığın ağır seyretme riskinin yüksek olduğu kişilerin barındırıldığı veya enfeksiyonun yayılma riskinin yüksek olduğu belirli tesisler için temel maske takma zorunluluğu ve giriş veya faaliyet yasakları. Bireysel durumlarda yetkili bölge idare makamı daha önce olduğu gibi karantina veya izolasyon talimatı verebilir. Bununla birlikte, bunun gerçekleşmediği durumlarda, genellikle artık iletişime geçilmez.

Enfekte bir kişiyle bir temas durumunda bulaşma riski olan herkes için aşağıdaki kural geçerlidir: Kişisel sorumluluk zorunludur!

Kendi sorumluluğunda davranmak! Davranış şekline ilişkin tavsiyeler

Bulaşma riskinin olduğu bir dönemde enfekte bir kişiyle temas eden bir kimse, 5 gün boyunca aşağıdaki hususlara dikkat etmelidir:

- ▶ **Diğer insanlarla,** özellikle de COVID-19 hastalığını şiddetli geçirme riski olan risk gruplarıyla teması sınırlandırmak. Mümkünse, evden çalışmak.
- ▶ **AHA+L formülü:** Mesafeyi korumak, hijyen kurallarına uymak, günlük hayatta maske takmak (bir FFP2 maske en yüksek güvenliği sunar!) ve havalandırmak.
- ▶ **Gönüllü test yaptırmak:** Enfekte bir kişiyle temastan sonra 5 gün boyunca, özellikle semptomlar ortaya çıkarsa.
- ▶ **Kendi kendini gözlemlemek:** Koronaya özgü belirtilere dikkat edin.
- ▶ **Eğer hastalık belirtileri ortaya çıkarsa:** Temasları en aza indirin ve durumu açıklığa kavuşturmak için aile hekiminize danışın.

Savunmasız kişilerle çalışan personele yönelik tavsiyeler

Bir hastane, huzurevi veya yaşlı bakımevi ya da ayakta bakım hizmetlerinin sunulduğu kurum ve kuruluşlarda çalışan ve bu nedenle bir COVID-19 hastalığının ağır seyretme riskinin yüksek olduğu kişilerle çok sayıda teması olan kimselere, genel davranış kurallarına ek olarak, çalıştıkları her gün bir antijen testi veya nükleik asit testi yoluyla, enfekte kişi ile temastan sonra beşinci güne kadar ve bu gün dahil, işe başlamadan önce bir test yaptırmaları tavsiye edilir. Bu uygulama, temaslı kişilerin olası bir enfeksiyonu risk gruplarında başkalarına taşımasını önlemek içindir.

COVID-19 hakkında daha fazla bilgi:

Eyalet Sağlık ve Gıda Güvenliği Dairesi'nin (LGL) koronavirüs yardım hattı

09131/6808 5101

www.bayern.de: “Koronavirüs – bir bakışta”

www.stmgp.bayern.de/coronavirus, Eyalet Sağlık ve Bakım Bakanlığı'nın bilgilendirme sayfası