



COVID-19

SARS-CoV-2 koronavirüs testi pozitif çıkan kişiler için koruyucu önlemler ve davranış tavsiyeleri

Bavyera Eyaleti Sağlık ve Bakım Bakanlığı'nın 15 Kasım 2022 tarih, Az. GCRa-G8000-2022/44-504 sayılı tebliğini tamamlayıcı bilgiler

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 aşılar ve antiviral ilaçlar sayesinde hastalığın ağır, hayati tehlike 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. SARS-CoV-2 koronavirüs testi pozitif çıkan kişilere yönelik koruyucu önlemlere ilişkin yeni genel kararname (Koronadan Korunma Önlemleri Genel Kararnamesi), bunu dikkate almaktadır: Bu kararname, daha önceki izolasyon yükümlülüğünün yerine geçmekte, test sonucu pozitif çıkan kişilere daha fazla özgürlük alanı açmakta ve aynı zamanda zorunlu koruyucu önlemler yoluyla risk altındaki kişilerin enfeksiyon kapmasının mümkün olduğunca önlenmesini sağlamaktadır.

Test sonucu pozitif çıkan kişiler için zorunlu koruyucu önlemler ve tamamlayıcı tavsiyeler

“Hasta olanlar evlerinde kalsın”

Diğer akut solunum yolları hastalıklarında olduğu gibi, SARS-CoV-2 koronavirüs enfeksiyonu için de şu tavsiye geçerlidir: Hastalığı başkalarına bulaştırmamak için, hasta olanlar evlerinde kalsın. Tıbbi yardıma ihtiyacınız varsa, aile hekiminize başvurun.

Zorunlu koruyucu önlemler

SARS-CoV-2 için sürüntü testi sonucunun (her durumda tıbbi bir uzman veya bu konuda eğitilmiş eşdeğer bir kişi tarafından gerçekleştirilen veya gözlemlenen nükleik asit testi, örn. PCR testi veya antijen testi) pozitif çıktığı kendilerine bildirilen tüm kişiler, Koronadan Korunma Önlemleri Genel Kararnamesi uyarınca bir maske takma zorunluluğuna ve belirli tesisler için faaliyet ve giriş yasaklarına uymalıdır.

Koruyucu önlemlere ne kadar süreyle uyulmalıdır?

Koruyucu önlemler, en az 48 saatten beri herhangi bir hastalık belirtisi bulunmaması (semptomsuzluk) koşuluyla, virüsün ilk kez tespit edilmesinden sonra en az beş gün boyunca geçerlidir. Beşinci günde, 48 saatten

beri halen semptomsuzluk mevcut değilse, koruyucu önlemler öncelikle devam ettirilir. **Önlemler, en az 48 saatten beri semptomsuzluk mevcut olduğunda, ancak en geç virüsün ilk kez tespit edilmesinin üzerinden on gün geçtikten sonra sona erer.**

Başlangıçta antijen testinin sonucu pozitif çıkan herkes, bu sonucu aile hekimi tarafından yapılan bir nükleik asit testi (örn. PCR testi) ile doğrulatmalıdır. Bu ikinci testin sonucu negatif ise, koruyucu önlemler bu test sonucunun varlığı ile sona erer.

► Koruyucu önlem: Maske takma zorunluluğu

Test sonucu pozitif çıkan kişiler için kendi evlerinin dışında en azından bir tıbbi yüz maskesi (“ameliyat maskesi”) takma zorunluluğu geçerlidir. FFP2 maskeler daha da yüksek bir güvenlik sunarlar.

İstisnalar: Maske takma zorunluluğu, şu yer ve hallerde geçerli değildir:

- diğer kişilerle arasında en az 1,5 metrelik bir mesafe korunabiliyorsa, açık havada,
- içerisinde başka kişilerin bulunmadığı kapalı alanlarda,
- henüz altı yaşından gün almamış çocuklar için,
- bir engellilik veya sağlık nedenlerinden dolayı maske takamayan kişiler için (tıbbi rapor gereklidir),
- sağır ve işitme güçlüğü çeken kişiler ve onlara eşlik eden kişiler için,
- kişinin tanınması veya işitme engelli kişilerle iletişim kurması için gerekli olması durumunda
- ve örneğin gıda alımı ya da (diş) hekimliği veya terapi ile ilgili zaruri bir tedaviyi kullanırken olduğu gibi, diğer zorunlu gereksinimler için.

► Koruyucu önlem: Faaliyet ve giriş yasakları

Huzurevleri ve bakımevleri gibi tesislerde veya hastanelerin SARS-CoV-2 enfeksiyonunun ağır seyretme riski olan hastaların bakıldığı belirli bölümlerinde, enfeksiyonların ortaya çıkması önlenmelidir. Bu nedenle, test sonucu pozitif çıkan çalışanlar, ziyaretçiler, gönüllüler ve işletmeciler için buralara girme ve mesleki faaliyet gösterme yasağı geçerlidir.

Aynı şekilde, test sonucu pozitif çıkan çalışanlar, işletmeciler, gönüllüler ve ziyaretçiler için evsiz

barınakları, sığınmacılara yönelik ortak tesisler ve hapishaneler gibi enfeksiyonların yayılma riskinin yüksek olduğu toplu barınma alanlarına girme veya buralarda faaliyet yasağı geçerlidir.

► **Bulaşmalardan kaçınmak için gönüllü olarak kendi kendini izole etme**

SARS-CoV-2 ile enfekte olan bir kimse, aynı hanede yaşayan diğer kişilerden onları bulaşma riskine maruz bırakmamak için mümkün olduğunca uzak durmalıdır. Bu, her şeyden önce şu anlama gelir:

- Aynı evi paylaştığınız kişilerle temaslarınızı azaltın ve en az 1,5 metre mesafe bırakın. Aranızdaki görüşmeler mümkün olduğunca kısa olmalıdır. Bu sırada test sonucu pozitif çıkan kişi için en azından bir tıbbi yüz maskesi önerilir.
- Banyo, tuvalet veya mutfak ortak kullanılıyorsa, siz buraları kullandıktan sonra, temas yüzeyleri iyice temizlenmelidir. Temizlik için, evde kullanılan normal temizlik araç ve malzemeleri yeterlidir. Hanede ikamet eden herkes için düzenli olarak değiştirilen ve yıkanan ayrı havlular bulundurulmalıdır. Mekanların kullanımı farklı zamanlarda gerçekleşmeli, yemek öğünleri birlikte alınmamalıdır.
- Çamaşırlarınızı kapalı, ayrı bir plastik torbada toplayın ve eğer mümkünse, bunları en az 60 °C'de, piyasada satılan normal bir deterjanla yıkayın.
- Mümkün olduğunca ayrı bir odada uyuyun ve gün boyunca ayrı bir odada kalın. Kaldığınız tüm odaların iyice havalandırılması önemlidir.
- Atıklarınızı, özellikle mendiller ve salgılar veya vücut sıvılarıyla temas etmiş ve bu nedenle bulaşıcı olabilecek diğer malzemeler, sağlam bir çöp torbasında diğer evsel atıklardan ayrı olarak paketlenmelidir. Çöp torbası daha sonra ağız kapalı bir şekilde çöpe atılmalıdır.

► **Ev dışında da temasın azaltılması**

Hanenizin dışında da diğer kişilerle temaslarınızı azaltın.

Bulaştırıcı olabileceğiniz dönemlerde halka açık etkinliklere katılmaktan ve dışarıda yemek yemekten kaçının. Mümkünse, mesleki faaliyet kişinin kendi evinden yürütülmelidir.

Daima önemli: Hijyen kuralları

► **Dikkatli öksürme ve hapşırma**

- En az iki metre olmak üzere, diğer insanlarla aranızda mümkün olan azami mesafeyi koruyun.
- Öksürürken ve hapşırırken yüzünüzü diğer insanlardan uzağa çevirin.
- Diğer insanları korumak için, öksürürken ve hapşırırken dirseğinizin iç kısmını ya da tek kullanımlık bir mendili kullanın ve bu mendili hemen içerisinde çöp torbası bulunan, kapaklı bir çöp kovasına atın. Çöp torbası daha sonra ağız kapalı bir şekilde çöpe atılmalıdır.

► **El hijyeni**

- Diğer insanlarla tokalaşmaktan ve el ele tutuşmaktan kaçınınız.
- Ellerinizi düzenli olarak ve en az 20 ila 30 saniye boyunca sabun ve suyla iyice yıkayınız; özellikle:
 - Sümükdükten, hapşırıldıktan veya öksürdükten sonra,
 - Yemekleri hazırlamadan önce,
 - Yemek yemeden önce,
 - Tuvalete gittikten sonra,
 - Eller gözle görülür şekilde kirli olduğunda, daima,
 - Diğer insanlarla her temastan önce ve sonra ve özellikle, hasta olması muhtemel bir kişi veya o kişinin doğrudan yakın çevresiyle her temastan sonra.

Gözle görülmeyen kirlenmelerde, cilde zarar vermeyen alkol bazlı el dezenfektanları kullanabilirsiniz. Bu sırada, dezenfektanın "sınırlı virüs öldürücü" olarak adlandırılmasına dikkat edin.

COVID-19 hakkında daha fazla bilgiyi şu adreste bulabilirsiniz: www.stmgp.bayern.de/coronavirus



Genel kararnamenin tamamını, tercüme ve engelsiz açıklamalarıyla birlikte, web sitemizde bulabilirsiniz: <https://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/rechtsgrundlagen/#AV-Schutzmassnahmen>.

Bilgilendirme yayım tarihi:
15 Kasım 2022