

SARS-COV-2-BİLGİLENDİRME SAYFASI

Düşük riskli kişiler - Kategori II



Eşi görülmedik bir koronavirüs ile enfekte olmuş bir kişiyle kısa süreli temasınız olmuştur. Enfeksiyon kapmış olmanız göz ardı edilemez. Resmi bir bakış açısıyla, kendi ve genel güvenliğiniz için **aşağıdaki noktalara güvenilir bir şekilde uyulmalıdır:**

- Lütfen ilgili bölge idari makamınız (Kaymakamlık / Belediye) tarafından öngörülen süre boyunca diğer insanlarla gereksiz temaslarınızı azaltın. Yaşlılarla, bağışıklık sistemi zayıflamış kişilerle ve altta yatan ciddi hastalıkları olan kişilerle temastan kaçının. Toplu taşıma araçlarından ve kalabalıktan kaçının.
- Vücut ısınızı günde iki kez kontrol edin ve sonraki birkaç gün içinde herhangi bir hastalık belirtisine (özellikle öksürük, nefes darlığı, ateş, burun akıntısı, ani tat / koku alma kaybı) dikkat edin.
- Lütfen sosyal temaslarınızı, vücut ısınızı ve yaşadığınız semptomları not edin. Gerekirse bununla ilgili bir günlük tutun.
- Başkalarıyla birlikte yaşıyorsanız, ayrı ve iyi havalandırılmış odalarda kalmaya çalışın.
- Başkalarıyla doğrudan temas durumunda, bir FFP2 maskesi takarak çevrenizi koruyabilirsiniz. 2 metrelik konuşma mesafesini koruyun.
- Sık sık el dezenfeksiyonu (eczanelerin önerdiği bir madde ile) veya 20 saniye sabunla el yıkama
- Klozeti, armatürleri ve kolları günde birkaç kez piyasada bulunan klor bazlı temizlik maddeleriyle temizleyin.
- Öksürük ve bıyık görgü kurallarına uyun (örneğin, öksürürseniz veya hapşırırsanız, ağızınızı ve burnunuzu bir mendille kapatın, hemen ayrı, kapalı bir atık kabına atın ve sonra ellerinizi yıkayın.)
- Kendinizi hasta hissetmeye başlarsanız, solunum yolu enfeksiyonu belirtileri geliştirseniz (yukarıya bakın) veya başka nedenlerle tıbbi yardıma ihtiyaç duyarsanız, evde kalın ve derhal sağlık danışması telefonunu (1450) veya ambulansı (144) arayın. **Son birkaç gün içinde SARS-CoV-2'li biriyle rastgele temas kurduğunuzu telefonda belirttiğinizden emin olun.** Lütfen kendi inisiyatifinizle bir doktor yazıhanesine veya hastaneye gitmeyin.
- Yukarıda belirtilen hastalık semptomları ortaya çıktığında, lütfen sorumlu sağlık dairelerini de bilgilendirin (hafta içi çalışma saatlerinde, hafta sonları bir sonraki iş gününde ilgili geç bildirimde).
- Başka bir teste ihtiyacınız olduğunda, ilgili bölge idari makamı (Kaymakamlık / Belediye) tarafından zamanında bilgilendirileceksiniz.

Temizlik, çamaşır yıkama ve atıkların imhasına ilişkin bilgiler

- Klozeti, el lavabosunu, bağlantı parçalarını, kulpları, kapı kollarını ve benzeri temas yüzeylerini piyasada bulunan klor bazlı temizlik maddeleriyle günde birkaç kez temizleyin.
- Çamaşırınızı çamaşır makinesinde 60 derece yıkama programında çamaşır tozu ile yıkayın.
- Evsel ve hijyenik atıkları yeterince büyük çöp torbalarında toplayın, düğümleyin ve daha sonra sırayla düğümlenecek üst torbalarına koyun. Sonra artık çöp kutusuna atın.

COVID-19 hakkında genel bilgiler

Virüs nasıl bulaşır?

Virüs hasta bir kişiden diğerine damlacık enfeksiyonu yoluyla bulaşır. Mesela öksürme, hapşırma ile bulaşır. Doğrudan kişisel temas (15 dakikadan uzun, 2 metreden az mesafe) halen en önemli bulaşım yoludur.

Bununla birlikte, birçok insanın hafif semptomları vardır. Bu, özellikle hastalığın erken evrelerinde geçerlidir. Bu nedenle, örneğin sadece hafif bir öksürüğü olan ve kendini hasta hissetmeyen hasta bir kişiden enfeksiyon kapmak mümkündür.

Kuluçka (inkübasyon) süresi ne kadardır ve bulaşıcılık ne kadar sürer?

Kuluçka süresi (enfeksiyon ile hastalığın semptomlarının başlangıcı arasındaki süre) 14 güne kadardır ve genellikle 5-6 gündür. Enfektivite (bulaşıcılık), hastalığın başlamasından 48 saat önce ila 10 gün sonra veya asemptomatik vakalarda, numunenin alınmasından 48 saat önce ila 10 gün sonra mevcuttur ve bu da pozitif bir test sonucuna yol açar. Semptomlar şiddetli veya kalıcı ise veya bir mutasyon varsa, bulaşıcı dönem daha uzun sürebilir.

Hastalığın belirtileri (semptomları) nelerdir?

İnsanlarda enfeksiyonlar genellikle hafiftir ve üşütmeye benzer. Yaygın enfeksiyon belirtileri şunları içerir: Ateş, öksürük, nefes darlığı ve nefes almada güçlük, burun akıntısı, ani tat / koku kaybı. İshal ve kusma da meydana gelebilir. Ağır vakalarda enfeksiyon zatürreye ve hatta ölüme neden olabilir.

Hastalık nasıl tedavi edilir?

Vakaların çoğu hafiftir ve tedavi gerektirmez. Daha ciddi hastalıklarda tedavi semptomatiktir. Yani ateş düşürücü ilaçlar gibi hastalık şikayetleri tedavi edilir. Aşılama, Aralık 2020 tarihinden beri mümkündür.

Daha fazla bilgiyi nereden alabilirim?

www.sozialministerium.at veya www.ages.at

Coronavirus-Hotline: 0800 555 621 veya sorumlu bölge idari otoritenizde

Nereden yardım alabilirim?

- İlgili bölge idari makamınızdan
- Krisenhilfe OÖ Tel.: 0732 2177 Pazartesi-Pazar saat 00-24 arası; www.krisenhilfeooe.at
- Rat auf Draht: 147
- Telefon Seelsorge: 142