



GÜMÜŞHANE ÜNİVERSİTESİ

KORONAVİRÜS

BİLGİLENDİRME VE

KORUNMA EL KİTAPÇIĞI

CORONA (KORONA) VİRÜSÜ NEDİR?

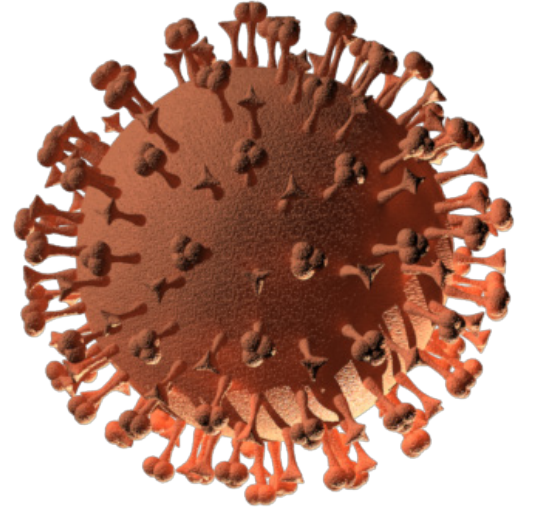
VİRÜS

Corona (Korona) virüsü hayvanlar arasında yaygın olan büyük bir virüs grubudur. Nadir durumlarda, bilim insanlarının zoonotik olarak adlandırdığı durumdur, yani hayvanlardan insanlara bulaşabilirler.

Coronavirus'lar (Cov), soğuk algınlığından Orta Doğu Solunum Sendromu (MERS – CoV) ve Ağır Akut Solunum Sendromu (Severe Acute Respiratory Syndrome, SARS-CoV) gibi daha ciddi hastalıklara neden olan bir virüs ailesidir. Yapılan kapsamlı araştırmalar sonucunda, SARS-CoV'un misk kedilerinden, MERS-CoV'un ise tek hörgüçlü develerden insanlara bulaştığı ortaya çıkmıştır. Henüz insanlara bulaşmamış olan ancak hayvanlarda saptanan birçok coronavirus (koronavirüs) mevcuttur.

Coronavirus'ların insanlarda dolaşımında olan alt tipleri (HCoV-229E, HCoV-OC43, HCoV-NL63 ve HKU1-CoV) çoğunlukla soğuk algınlığına sebep olan virüslerdir. SARS-CoV, 21. Yüzyılın ilk uluslararası sağlık acil durumu olarak 2003 yılında, daha önceden bilinmeyen bir virüs halinde ortaya çıkmış olup yüzlerce insanın hayatını kaybetmesine neden olmuştur.

Yaklaşık 10 yıl sonra Coronavirus (koronavirüs) ailesinden, daha önce insan ya da hayvanlarda varlığı gösterilmemiş olan MERS-CoV (Middle East Respiratory Syndrome Coronavirus) Eylül 2012'de ilk defa insanlarda Suudi Arabistan'da tanımlanmış; ancak daha sonra aslında ilk vakaların Nisan 2012'de Ürdün Zarqa'daki bir hastanede görüldüğü ortaya çıkmıştır. 31 Aralık 2019'da DSÖ Çin Ülke Ofisi, Çin'in Hubei eyaletinin Vuhan şehrinde etiyolojisi bilinmeyen pnömoni vakalarını bildirmiştir. 7 Ocak 2020'de etken daha önce insanlarda tespit edilmemiş yeni Coronavirus (koronavirüs) (2019-nCoV) olarak tanımlanmıştır. Daha sonra 2019-nCoV hastalığının adı COVID-19 olarak kabul edilmiştir.



Coronavirüsler (Koronavirüs),

Coronaviridae ailesi içinde bulunurlar. Başlıca dört türde sınıflandırılırlar. Bunlar: Alfa, Beta, Gama ve Delta Coronaviruslar'dır (koronavirüs). İnsan, yaras, domuz, kedi, köpek, kemirgen ve kanatlılarda bulunabilmektedirler. (evcil ve yabani hayvanlarda). İnsanlarda Coronavirus'un (koronavirüs) neden olduğu hastalık spektrumu basit soğuk algınlığından ağır akut solunum sendromuna (Severe Acute Respiratory Syndrome, SARS) kadar değişkenlik gösterebilmektedir. İnsan ve hayvanlarda çeşitli derecelerde respiratuar, enterik, hepatik, nefrotik ve nörolojik tutumlarda seyreden klinik tablolara neden olabilmektedir. COVID-19 virüsü, SARS-CoV ve MERS-CoV'unda içine bulunduğu beta-coronavirus (beta- koronavirüs) ailesi içinde yer almaktadır.



Corona / Covid-19 (Korona) Virüs Belirtileri ve Çeşitleri Nelerdir?

Corona Virüsü Nasıl Öldürüyor?

SEMPTOMLAR

Corona virüsü dolaşım sistemindeki hücreleri hedef alıyor.

- Burun akıntısı
- Öksürük
- Boğaz ağrısı
- Yüksek ateş

BULAŞMA

- Corona virüsünün insanlara geçişinin Çin'deki bir deniz ürünleri pazarındaki yıldıktan kaynaklandığı düşünülüyor.
- Virüsün insanlar arasında yayılması ise öksürük, hapşırma ve el sıkışma yoluyla gerçekleşiyor.
- Ağız veya burun yoluyla vücuda giren virüs solunum sistemine yerleşiyor. Daha sonra tüm vücuda yayılıyor.

ÖLÜM

- Ölümlerin büyük bölümü zatürre gibi solunum yolu hastalıklarından gerçekleşiyor.
- Yoğun zatürre sonucunda ciğerlere dolan sıvı nefes almayı engelleyerek ölüme yol açabiliyor.
- Dolaşım sistemini etkileyen virüs nedeniyle akciğerlerden kan dolaşımına yeterince oksijen sağlanamadığında çoklu organ yetmezliği de ölüme götürebiliyor.

Bu virüs grubuna bağlı virüsler, genellikle soğuk algınlığına benzer şekilde, hafif ve orta derecede üst solunum yolu hastalığı olan insanları hasta edebilir. Corona / Covid-19 (Korona) virüsü semptomları arasında burun akıntısı, öksürük, boğaz ağrısı, muhtemel baş ağrısı ve bazen de birkaç gün süren ateş sayılabilir. Bağışıklık sistemi zayıf olan ileri yaşta-kiler ve çok genç olanlar için virüsün pnömoni

veya bronşit gibi çok daha ciddi solunum yolu hastalığına neden olabilir. İnsanlarda ölümcül olabilecek seviyede çok az Corona / Covid-19 (Korona) virüsü vardır.

Aynı zamanda solunum problemlerine neden olan, MERS virüsü olarak da bilinen Ortadoğu Solunum Sendromu ilk olarak 2012 yılında Orta Doğu'da tespit edilmiştir. Hastalık Kontrol Merkezleri'nin verdiği bilgiye göre semptomları çok daha şiddetli olan MERS ile enfekte olan her 10 hastanın dörtte üçü ölmüştür.

SARS olarak da bilinen Şiddetli Akut Solunum Sendromu, diğer türlerine göre daha ciddi semptomlara neden olabilen diğer bir Corona / Covid-19 (Korona) virüsü türüdür. İlk olarak Güney Çin'deki Guangdong Eyaleti'nde tespit edildi. Dünya Sağlık Örgütü'ne göre solunum problemlerine neden olmasının yanı sıra ishal, yorgunluk, nefes darlığı, solunum sıkıntısı ve böbrek yetmezliğine neden olabilir. Hastanın yaşına bağlı olarak, SARS ile ölüm oranı vakaların %0-50'si arasında değişmekte olup, yaşlılar en riskli ve savunmasız durumda olan hasta grubudur.

Corona / Covid-19 (Korona) Virüs Nasıl Bulaşır?

Corona / Covid-19 (Korona) virüsleri hayvanlarla insan temasından yayılabilir. Dünya Sağlık Örgütü'ne göre MERS'in develer arasında, SARS'ın ise misk kedileri arasında yayıldığını düşünülüyor. Corona / Covid-19 (Korona) virüslerinin insandan insana bulaşması, genellikle sağlıklı bir insanın enfekte bir insanın vücut salgılarıyla temas etmesi sonucu mümkün oluyor. Virüs hasta insanlardan öksürme, hapşırma yoluyla ortaya saçılan damlacıklarla ve hastaların temas ettiği yüzeylerden göz, ağız, burun mukozası ve el sıkışma ile bulaşabilir. Coronavirüsler (koronavirüs) genel olarak dış ortamda dayanıklılığı olmayan virüslerdir. Ancak bugün için COVID-19'un bulaşıcılık süresi ve dış ortama dayanma süresi net olarak bilinmemektedir.

Corona / Covid-19 (Korona) Virüs Klinik Özellikleri Nelerdir?

Enfeksiyonun yaygın belirtileri solunum semptomları, ateş, öksürük ve nefes darlığıdır. Daha ciddi vakalarda pnömoni, ağır akut solunum yolu enfeksiyonu, böbrek yetmezliği ve hatta ölüm görülebilir. Ancak eldeki veriler doğrultusunda hastalığın şiddeti konusunda yorum yapılamamaktadır.

Kimleri Daha Fazla Etkiler?

Elde edilen veriler doğrultusunda ileri yaş ve eşlik eden hastalığı (astım, diyabet, kalp hastalığı gibi) olanlarda virüsün ağır hastalık oluşturma riski daha yüksektir.

Corona / Covid-19 (Korona) Virüs Tedavi Yöntemleri Nelerdir?

Özel bir tedavi yöntemi yoktur. Çoğu zaman belirtiler kendiliğinden kaybolur. Uzman hekimler teşhis sonrası ağrı kesici ve ateş düşürücü ilaçlar ile belirtileri hafifletmek için tedavi uygulayabilirler. Yaşam alanlarındaki oda neminin dengelenmesi ve ılık duş ile boğaz ağrısı ve/veya öksürüğün hafiflemesine destek sağlanabilir. Ayrıca bol sıvı tüketmek, dinlenmek ve uyku tedavi için faydalı olacaktır. Belirtiler standart soğuk algınlığı sürecinden daha kötü seyretmeye başlarsa mutlaka uzman hekime danışılması gerekir.

Corona / Covid-19 (Korona) Virüsten Korunma İçin Neler Yapılabilir?

Henüz Corona / Covid-19 (Korona) virüs ailesine karşı koruma sağlayacak bir aşı bulunmamaktadır. MERS aşısı için deneme süreci devam etmektedir. Korunmak için basit önlemler oldukça faydalı olacaktır.

Dünya Sağlık Örgütü,

- Enfekte olmuş kişilerle yakın temastan kaçınmanın,
- El hijyenine dikkat etmenin, sık aralıklarla elleri en az 20 saniye sabun ve su ile yıkamanın; sabun ve su olmadığı durumlarda alkol bazlı el antiseptiği kullanmanın; özellikle hasta insanlar veya çevresi ile doğrudan temas ettikten sonra elleri mutlaka yıkamanın,

- Çiftlik veya vahşi hayvanlarla korunmasız temastan kaçınmanın,
- Enfekte olduysanız eğer, mesafeyi korumanın, öksürürken, hapşırıırken tek kullanımlık kağıt mendil ile ağızın ve burnun kapatılmasının; kağıt mendilin bulunmadığı durumlarda ise dirsek içinin kullanılmasının, ellerin yıkanmasının; gözlerinize, burnunuza ve ağızınıza dokunmaktan kaçınmanın,
- Enfekte olan kişilerin dokunduğu yüzeylerin dezenfekte edilmesinin,
- Et, yumurta gibi hayvansal gıdaların iyice pişirilmesinin,
- Hasta kişilerin mümkünse kalabalık yerlere girmemesinin, eğer girmek zorunda kalınıyorsa ağız ve burnun kapatılmasının, mümkünse tıbbi maske kullanılmasının önemli olduğunu belirtmiştir.



Corona / Covid-19 (Korona) Virüs Belirtileri ve Çeşitleri Nelerdir?

Bu virüs grubuna bağlı virüsler, genellikle soğuk algınlığına benzer şekilde, hafif ve orta derecede üst solunum yolu hastalığı olan insanları hasta edebilir. Corona / Covid-19 (Korona) virüsü semptomları arasında burun akıntısı, öksürük, boğaz ağrısı, muhtemel baş ağrısı ve bazen de birkaç gün süren ateş sayılabilir. Bağışıklık sistemi zayıf olan ileri yaştakiler ve çok genç olanlar için virüsün pnömoni veya bronşit gibi çok daha ciddi solunum yolu hastalığına neden olabilir. İnsanlarda ölümcül olabilecek seviyede çok az Corona / Covid-19 (Korona) virüsü vardır.

Aynı zamanda solunum problemlerine neden olan, MERS virüsü olarak da bilinen Ortadoğu Solunum Sendromu ilk olarak 2012 yılında Orta Doğu'da tespit edilmiştir. Hastalık Kontrol Merkezleri'nin verdiği bilgiye göre semptomları çok daha şiddetli olan MERS ile enfekte olan her 10 hastanın dörtte üçü ölmüştür.

SARS olarak da bilinen Şiddetli Akut Solunum Sendromu, diğer türlerine göre daha ciddi semptomlara neden olabilen diğer bir Corona / Covid-19 (Korona) virüsü türüdür. İlk olarak Güney Çin'deki Guangdong Eyaleti'nde tespit edildi. Dünya Sağlık Örgütü'ne göre solunum problemlerine neden olmasının yanı sıra ishal, yorgunluk, nefes darlığı, solunum sıkıntısı ve böbrek yetmezliğine neden olabilir. Hastanın yaşına bağlı olarak, SARS ile ölüm oranı vakaların %0-50'si arasında değişmekte olup, yaşlılar en riskli ve savunmasız durumda olan hasta grubudur.

Corona / Covid-19 (Korona) Virüs Nasıl Bulaşır?

Corona / Covid-19 (Korona) virüsleri hayvanlarla insan temasından yayılabilir. Dünya Sağlık Örgütü'ne göre MERS'in develer arasında, SARS'ın ise misk kedileri arasında yayıldığını düşünüyor. Corona / Covid-19 (Korona) virüslerinin insandan insana bulaşması, genellikle sağlıklı bir insanın enfekte bir insanın vücut salgılarıyla temas etmesi sonucu mümkün oluyor. Virüs hasta insanlardan öksürme, hapşırma yoluyla ortaya saçılan damlacıklarla ve hastaların temas ettiği yüzeylerden göz, ağız, burun mukozası ve el sıkışma ile bulaşabilir. Coronavirüsler (koronavirüs) genel olarak dış ortamda dayanıklılığı olmayan virüslerdir. Ancak bugün için COVID-19'un bulaşıcılık süresi ve dış ortama dayanma süresi net olarak bilinmemektedir.

Corona / Covid-19 (Korona) Virüs Klinik Özellikleri Nelerdir?

Enfeksiyonun yaygın belirtileri solunum semptomları, ateş, öksürük ve nefes darlığıdır. Daha ciddi vakalarda pnömoni, ağır akut solunum yolu enfeksiyonu, böbrek yetmezliği ve hatta ölüm görülebilir. Ancak eldeki veriler doğrultusunda hastalığın şiddeti konusunda yorum yapılamamaktadır.

Corona / Covid-19 (Korona) Virüs Tedavi Yöntemleri Nelerdir?

Özel bir tedavi yöntemi yoktur. Çoğu zaman belirtiler kendiliğinden kaybolur. Uzman hekimler teşhis sonrası ağrı kesici ve ateş düşürücü ilaçlar ile belirtileri hafifletmek için tedavi uygulayabilirler. Yaşam alanlarındaki oda neminin dengelenmesi ve ılık duş ile boğaz ağrısı ve/veya öksürüğün hafiflemesine destek sağlanabilir. Ayrıca bol sıvı tüketmek, dinlenmek ve uyku tedavi için faydalı olacaktır. Belirtiler standart soğuk algınlığı sürecinden daha kötü seyretmeye başlarsa mutlaka uzman hekime danışılması gerekir.

Corona / Covid-19 (Korona) Virüsten Korunma İçin Neler Yapılabilir?

Henüz Corona / Covid-19 (Korona) virüs ailesine karşı koruma sağlayacak bir aşı bulunmamaktadır. MERS aşısı için deneme süreci devam etmektedir. Korunmak için basit önlemler oldukça faydalı olacaktır.

Kendimi Korumak İçin Ne Yapabilirim?

Hastalığa yakalanmayı ve bulaşmasını önlemek için en önemlisi el hijyeni, kalabalık ortamlarda maske kullanmak ve öksürme, hapşırma gibi solunum yolu hastalığı belirtileri gösteren kişilerle yakın temastan kaçınmaktır. Güvenli gıda kullanımı da göz önünde bulundurulmalı, et, yumurta gibi hayvansal gıdalar iyice temizlenmeli ve iyice pişirilmelidir.

Temel korunma önlemleri

- Hastalık, hasta kişilerin öksürmesi, aksırması ve hapşırması sonrası saçılan damlacıkların yoluyla sağlam kişilere bulaşmaktadır. Bu damlacıkların etrafa saçılması önlemeye çalışılmalıdır.
- Genel bir önlem olarak kalabalık ortamlara girilmemeli, öksüren, aksıran ve hapşıran kişilerden en az 1 metre uzakta durulmalıdır.
- Korunmada en etkin yöntem diğer birçok hastalıktan korunmada olduğu gibi el temizliğidir. Ellerin temiz olması, sadece Koronavirüsten değil, diğer tüm solunum yollarında hastalık yapan virüslardan korunmayı sağlar. Bu amaçla el temizliğine dikkat edilmesi, temiz olmayan ellerin göz, ağız ve buruna götürülmemesi çok önemlidir.
- El temizliğinin sağlanabilmesi için eller sık sık, parmak aralarını, el sırtını, tırnakları ve başparmağı da içerecek şekilde sabunlarak en az 20 saniye süreyle yıkanmalıdır.
- Maske kullanımı genel olarak öksürüğü olan kişiler için önerilmektedir. Bu anlamda sağlam bireylerin maske takmasına gerek yoktur. Maske kullanımı el temizliği ile birlikte yapılmadığında koruma sağlamamaktadır.

Yeni tip koronavirüs hakkında bilinmesi gerekenler

Sağlık Bakanlığından yeni tip koronavirüsün (Kovid-19) ne olduğu, nasıl bulaştığı, belirtileri, teşhis ve tedavisine ilişkin bilgilendirme yapıldı



YENİ TIP KORONAVİRÜS NEDİR?

Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkan **yeni tip koronavirüs, solunum yolu enfeksiyonu yapan bir virüstür**

Bazı hayvanlarda bulunan virüs, **hayvanlardan insanlara bulaşabilir** ve bu şekilde yayılabilir

Yeni koronavirüsün **hangi hayvandan insanlara geçtiği henüz saptanamadı**



KORUNMAK İÇİN NELER YAPILMALI?



El hijyenine önem verilmeli



Kapalı alanlar sık sık havalandırılmalı



Gıdalar tüketilmeden önce **iyice yıkanmalı**



Kirli ellerle **ağız, burun ve gözlerle dokunulmamalı**



Tokalaşma ve sarılmadan kaçınılmalı, olabildiğince **kalabalık ortamlardan uzak durulmalı**



Eller **en az 20 saniye boyunca sabun ve suyla yıkanmalı**, sabun ve suyun olmadığı durumlarda alkol içerikli **el antiseptiği kullanılmalı**



Bağışıklık sistemini güçlendirmek için **denge ve sağlıklı beslenilmeli**



Öksürme veya hapşırma sırasında **ağız ve burun tek kullanımlık mendille kapatılmalı**, mendil yoksa **dirseğin iç kısmı kullanılmalı**



NASIL BULAŞIR?

Hasta kişilerin **öksürme veya hapşırma**yla ortaya **saçtığı damlacıklar** yoluyla bulaşıyor

BELİRTİLERİ NELER?



Ateş



Solunum sıkıntısı



Öksürük

Siddetli vakalarda:

• Zatürre

• Ağır solunum yetmezliği

• Böbrek yetmezliği



BELİRTİLERİ VARSA NELER YAPILMALI?

Son 14 gün içinde virüsün görüldüğü ülkelere birinden geldiyse veya **hastalık belirtileriniz varsa cerrahi maske takarak en yakın sağlık kuruluşuna başvurun**



TEDAVİ İÇİN İLAÇ VAR MI?

Yeni tip koronavirüse **özel bir tedavi bulunmuyor**. Hastanın **genel durumuna göre gerekli destekleyici tedavi uygulanıyor**

Sağlık çalışanları ve hasta kişilere bakan aile bireyleri ya da görevliler mutlaka maske kullanmalıdır.

- Yeni Koronavirüs Hastalığı'nın görüldüğü ülkelere ve bölgelere seyahat edenler ya da bu bölgelerden gelen kişilerle temas edenler ateş, öksürük, nefes darlığı yakınmaları olduğunda en yakın sağlık kuruluşuna başvurmalıdır.



YENİ KORONAVİRÜS RİSKİNE KARŞI

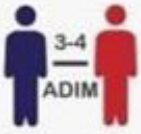
#14 KURAL



Ellerinizi sık sık su ve sabun ile en az 20 saniye boyunca oarak yıkayın.



Öksürme veya hapşırma sırasında ağız ve burunu tek kullanımlık mendille kapatın, mendil yoksa dirseğin iç kısmını kullanın



Soğuk algınlığı belirtileri gösteren kişilerle aranızda en az 3-4 adım mesafe koyun



Yurt dışı seyahatlerinizi iptal edin ya da erteleyin



Bulduğunuz ortamları sık sık havalandırın



Kapı kolları, armatürler, lavabolar gibi sık kullandığınız yüzeyleri su ve deterjanla her gün temizleyin



Kıyafetlerinizi 60-90°C'de normal deterjanla yıkayın



Tokalaşma, sarılma gibi yakın temaslardan kaçının



Ateş, öksürük, nefes darlığı gibi şikayetleriniz varsa, maske takarak bir sağlık kuruluşuna başvurun



Soğuk algınlığı belirtileriniz varsa yaşlılar ve kronik hastalarla temas etmeyin, maske takmadan dışarı çıkmayın



Ellerinize gözlerinize, ağızınıza ve burnunuza dokunmayın



Hiçbir kişisel eşyanızı (havlu gibi gündelik eşyaları) ortak kullanmayın.



Yurt dışından dönüşte ilk 14 günü evinizde geçirin



Bol sıvı tüketin, dengeli beslenin, uyku düzeninize dikkat edin

11 Mart 2020 itibari ile Türkiye’de ilk korona virüs vakası tespit edildi. Dünya genelinde bu denli yayılım sonrası ve üstelik neredeyse tüm sınır komşularımızda vakalar varken ülkemizde görülmesi olağan bir sonuçtur. Bundan sonra sürecin yönetilmesi daha büyük önem kazanmıştır. Panik ortamı oluşması enfeksiyonun yayılmasını sınırlamaktan ziyade olumsuz sonuçlara yol açacaktır. Temel korunma önlemlerinin kamu spotları ile duyurulması ve süreç yönetimi hakkında bilgilendirilmelerin devam etmesi önemlidir.

Yine 11 Mart 2020 itibari ile DSÖ direktörü korona ile ilgili salgın durumunun pandemiye çevrildiğini açıklamıştır (<https://twitter.com/drtedros>),

Halk Sağlığı Uzmanları Derneği (HASUDER)’nin bu süreçteki önerileri;

- İllerin hâlihazırda mevcut pandemi planlarını gözden geçirerek virüsle ilgili ülke genelindeki standart uygulamaların yanı sıra kendi risk durumlarını da göze alarak sınırları net çizilmiş tutarlı gözetim mekanizmaları oluşturması gerekmektedir.

- Her ilde İl Sağlık Müdürlükleri bulaşıcı hastalıklar ve ilçelerin bulaşıcı hastalık sorumluları toplanmalı ve şüpheli izlemleri ile olası ve kesin vaka yönetiminde yapılması gerekenlerle ilgili, her birimin olası her duruma yönelik iş planlarını belirlemelidir. Planlamaya yönelik alınan kararları ilçe sağlık müdürlükleri veya TSM’lerin sınırlarındaki hastaneler ile paylaşarak yönetim şeması netleştirilmelidir.

- Hangi durumlarda karantina uygulaması yapılacağı ile ilgili sınırlar gözden geçirilmelidir.

- Pandemi sürecinde yurtdışı seyahat kısıtlamaları ile ilgili-özel durumlar hariç-durum güncellenmesi yapılarak kamu ve ilgili sektörlerle paylaşılmalıdır.

- Hasta izolasyonu, temaslı izlemi ve yurtdışı gelen kişilerin izlemi çalışmaları önemlidir. Bu uygulamaların etkinliği semptom başlangıcı öncesi meydana gelen bulaşma oranına bağlıdır. Yurtdışından gelen kişilere havaalanlarında/uçaklarda yapılacak duyurular ve dağıtılacak bilgi notları ile “semptomuz ya da hafif semptomları olan vakaların potansiyel bulaşıcılıklarının farkında olmayarak enfeksiyonu yayabileceklerine” ilişkin uyarılar yapılmalıdır.

- Ülkemizde hali hazırda yurtdışından gelenlerle ilgili bir yandan termal kameralarla ateş kontrolü yapılırken bir yandan da 14 gün süresine dikkat çekilerek uyarılar yapılmaktadır. Bununla birlikte söz konusu 14 gün süresince çalışan kesim için net olmayan sağlık kurumu başvurusu ve rapor alma sürecinden bahsedilmektedir. Bu kapsamda çalışanların herhangi bir sağlık kurumuna başvurmaksızın izinli sayılması ile ilgili uygulanabilecek farklı çözümler getirilmelidir. Bu kişiler kamu çalışanı ise çalıştıkları kurumu havaalanındaki belirlenen noktada bildirip ilgili kurumlara 14 gün kontrol amaçlı takip edilmesi kapsamında izinli sayılacakları bilgisi iletilebilir. Diğer ve/veya tüm sektörler için havaalanları dış hatlarda 14 gün evde takip nedeniyle 14 gün izinli sayılacakları ile ilgili belge verilebilir. Ayrıca bu kişiler eğer kişiler izinli sayıldıkları dönemde maddi kayba uğrayacaksa bunu bildirmekten sakınabilir. Bu nedenle maddi anlamda kayıp yaşamayacak şekilde düzenleme yapılması da önemli bir konudur.

- Potansiyel bulaştırıcı olmasalar bile genel olarak tüm vatandaşlar için özellikle de risk grubunda olanlar için kalabalık ortamlara girmemeleri yönünde bilgilendirme ve eğer girilecekse de temel hijyen kuralları ile ilgili video görselleri içeren kamu spotları yapılmalıdır.

- Risk grubunda sayılan altta yatan hastalıklar açısından raporlu ilaç yazdıracak kişilerin kalabalık ortama girmeden ilaçlarını teminle ilgili kolaylaştırıcı yöntemler geliştirilmelidir. Pandemi döneminde sağlık kurumunda sıra beklemeden günü dolmuş raporlu ilaçların doğrudan eczaneden alınabilmesi gibi.



Şüpheli olarak izinli sayılmış kişilerin ya da temaslı olarak takip edilenlerin herhangi bir semptomu gelişmesi durumunda başvuracağı sağlık kurumları ve bu kurumda minimum temas ortamına gireceği noktalar belirlenmelidir. Sağlık Bakanlığı HSGM COVID-19 rehberindeki yakın temaslı için semptom gelişmesi durumunda 112 ile naklinden bahsedilmekle birlikte yurt dışı seyahati dolayısıyla şüpheli durumda olanlar için kendi imkanları ile gitmesi söz konusu olmaktadır. Belediye/diğer kurumlardan araç desteği ile herhangi semptom durumunda bu kişilerin özel aracı olmaması halinde toplu taşıma ile gitmesini önlemek için ulaşım sağlanmalıdır.

- Numune sayısının artması ile referans laboratuvarın zamanında sonuç vermesi açısından sıkıntı yaşanmaması adına tanı koyma kapasitesinin artırılması da bu aşamada büyük taşımaktadır. İlk planda influenza çalışabilen halk sağlığı laboratuvarlarında, ikinci planda ise seçilecek Eğitim Araştırma hastaneleri ve Üniversite hastanelerinde tanı konulabilmesi için hazırlıklar süratle tamamlanmalıdır.
- Tüm illerin toplu kullanım alanlarında standart dezenfeksiyon uygulamaları yapılmalı. Camiler gibi zemine temasın olduğu ancak zemin temizliğinin kolay sağlanamayacağı yerlerle ilgili farklı prosedürler uygulanabilir.
- Ülkede tek vaka sonrası had safhaya çıkan maske alımı ve kullanımının doğru yapılmadığı sürece ayrıca bir enfeksiyon bulaş yolu haline gelebileceği hakkında kamu spotları oluşturulmalıdır. Sağlıklı kişide değil de neden solunum yolu enfeksiyonu olan kişilerde maske kullanımının gerektiği ve eğer maske kullanımı gerekiyorsa nasıl doğru kullanıldığı hakkında sürekli bilgilendirme yapılmalıdır.
- Hijyen ve dezenfeksiyonla ilgili sağlığa zararlı olabilecek üretim yapan yerlerin kontrolleri artırılmalıdır.
- “Nasıl el yıkamalı” ile ilgili de kamu spotları hazırlanmalıdır. Bu noktada özellikle toplu kullanılan yerlerde temizlenmiş ellerle suyun kapatılması ya da bu noktalardan çıkışta kapı kulplarına tekrar elle dokunmanın aslında tekrar bir temas olduğu vurgulanarak peçete ile açma kapama ve peçeteyi atma şeklinde vurgulamalar da yapılmalıdır.
- Bu sürece toplumun nasıl hazırlık yapması gerektiğine ilişkin bilgilendirmeler yapılmalıdır. Evlerde izolasyon gerekirse öncesinden yapılması gereken hazırlık var mıdır? Varsa nedir? İzolasyon olduğunda gıda güvencesi nasıl sağlanacaktır? Bu konularda toplum bilgilendirilmelidir.
- Süreç içinde ilgili sektörlerle işbirliği sürdürülmelidir.
- Kamu-özel, yerel ve merkezi tüm olanaklar birleştirilmeli, farklı düzeyler ve senaryolar için hazırlık planları yapılmalıdır.

Sonuç olarak, COVID-19 sürecinin aslında genel enfeksiyon korunma ve önleme prensipleri açısından bir farklılığı bulunmamaktadır. Bulaşıcı hastalıklar ile ilgili bu önlemlerin farkına varılması ve tüm toplumun bilinçlenmesi için çalışmalara ve iletişimin açıklıkla sağlanmasına önemle ve sürekli olarak devam edilmelidir.

Karantina ve izolasyon (ayırma) tarihin çeşitli dönemlerinde bulaşıcı hastalıkları kontrol etmek için kullanılan yöntemlerdendir. Bulaşmayı önlemek için yapılan bu uygulamalar nedir ve nasıl uygulanır?

Karantina bulaşıcı bir hastalığa etkeni aldığı düşünülen şüpheli durumdaki insanın belirli bir süre (genellikle en uzun kuluçka süresi) ötekilerden ayırma işlemidir.

Karantina bir gemi, liman, okul, otel, hastane, şehir, köy, mahalle gibi belirli bir sınırdan uygulanır. Temaslı birine de karantina uygulaması yapılabilir. Bu sınır içinde hasta, şüpheli hasta, temaslı ve sağlam kişiler olabilir. Bu alana giriş ve çıkışlara izin verilmez ya da belirli koşullarla sağlanır. Elbette burada bulunanların gereksinimleri karşılanır.

Karantina özellikle tedavisi ve aşısı olmayan hastalıklardan korunmada hala kullanılması gereken yöntemlerden biridir.

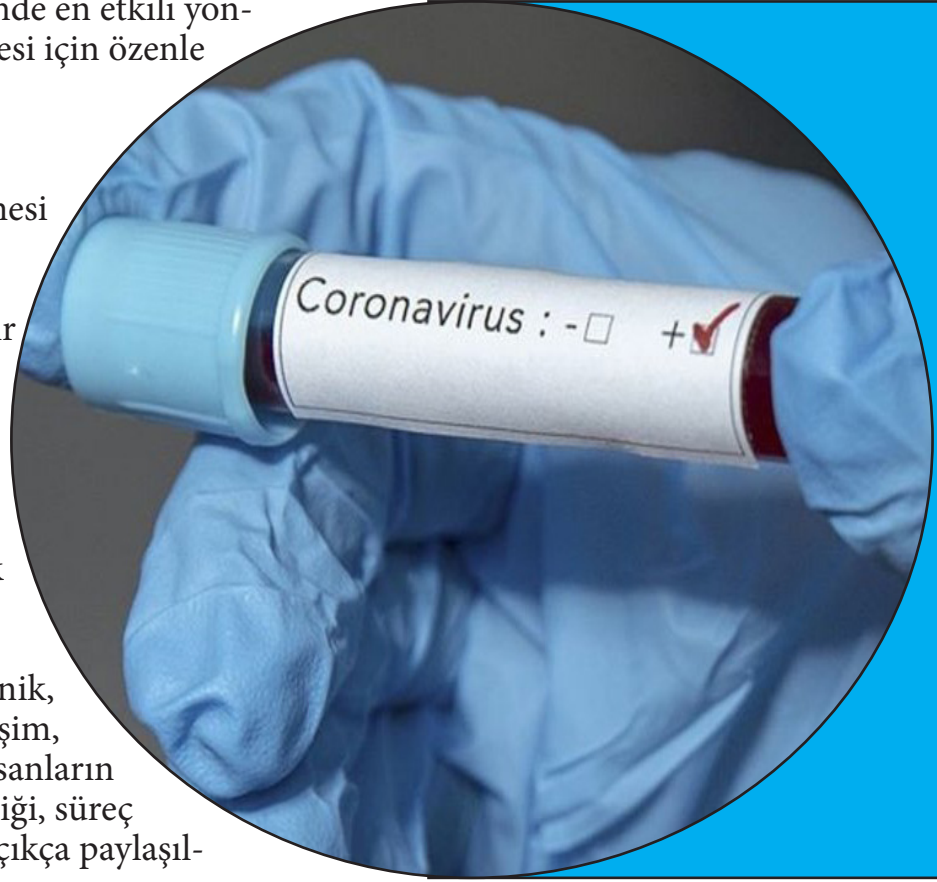
Diğer bir yöntem ise izolasyon (tecrit, ayırma) işidir. Burada da hasta olduğu bilinen kişilerin ötekilerden ayrılmasıdır. Bu kişilerle ilişkiler özel koruyucu önlemler alındıktan sonra kurulabilir.

Karantina ve izolasyon korona kontrolünde en etkili yöntemlerdir. Ancak bunların etkili olabilmesi için özenle uygulanması gerekir.

Karantina uygulamalarında dikkat edilmesi gereken noktalar şunlardır:

- Karantinada temel işlem, dolaşım özgürlüğünün geçici bir süre ve belirli bir alanda sınırlandırılmasıdır. Karantina altına alınan bölgenin kendi içerisinde de olabildiğince hareket kısıtlılığı önemlidir. Evlerde kalmak, hatta aynı evde yaşayanlardan birinin hasta olması durumunda diğerlerinden ayrılması da çok önem taşır.

- Karantina uygulaması toplumu rahatsız edebilen uygulamalardandır. Panik, söylentiler vb. önlemek için açık bir iletişim, iyi bir planlama ve hazırlık gerektirir. İnsanların bu sürece nasıl hazırlık yapmaları gerektiği, süreç içerisinde nasıl davranmaları istendiği açıkça paylaşılmalıdır.



Temel gereksinimlerin karşılanacağına dair güvence verilmelidir ve bununla ilgili hazırlıklar yapılmalıdır.

Evde Karantina

Temaslıların evden dışarı çıkmadan, ev içerisinde de diğer sağlam kişilerle temas kurmadan yaşamasıdır. Ayrı bir oda, ayrı tuvalet banyo vb. gerekir. Kap kaşık vb. ortak kullanılmaz. "Bireysel karantina" olarak da adlandırılabilir.



Kitlesel Karantina

Belirli bir bölgeye giriş ve çıkışların durdurulmasıdır. Çin'de uygulanan karantina türü örnek olarak verilebilir. Ama büyük kütlelerin hareketlerini kısıtlayarak hastalığın bulaşmasını önlemektir.

Havalandırma

Ev, hastane ve diğer karantina alanlarında kişilerin bulunduğu ortam düzenli olarak havalandırılmaktadır.

Evde İzolasyon

Hastaların evde ayrılma işlemidir. Evde izolasyon uygulamasında hasta ve aynı evi paylaşanlar bilgilendirilmeli ve izlenmelidir. Yaşlı, kronik hastalığı olan var ise evde izolasyon tercih edilmemelidir. Ama başlangıçta hastane kapasitelerinin uygun olduğu bir dönemde evde izolasyon uygun değildir.

Hastanede izolasyon

Hastanede hastaların diğer hastalardan ve sağlık çalışanlarından ayrılmasıdır. Özel koruyucu önlemlerle girilen yerler söz konusudur.

Hastanede yapılacak görüntüleme işlemlerinde covid 19 şüpheli ya da pozitif hasta en son alınmalı ya da görüntüleme işlemi taşınabilir görüntüleme ile izole olduğu odada yapılmalıdır.

Hasta son olarak alınamaz ise iki çekim arasında çekim odasının ve aletlerin hijyen kurallarına göre temizliğinin yapılması gerekir.

Korona Pandemisinde Karantina Uygulamaları

Korona pandemisinde karantina uygulamalarına bakacak olursak, Çin sıkı bir karantina uygulaması yaptı ve salgını kontrol altına almak üzeredir. Yeni vaka sayıları hızla azalmaktadır. Öyle ki, 13 Mart'ta bildirilen yeni vaka sayısı 11'dir. Oysa kısa bir süre önce, bu sayı günde binlerle ulaşmış idi.

İran, karantina uygulamaya önce karşı çıktı; ancak sonra uygulamak zorunda kaldı. İtalya vaka sayısı binlere ulaşınca karantina uygulamasına aşamalı olarak geçti. Yasağa uymayanlara ceza getirmeyi planlıyor. 14 Mart itibarı ile salgının merkezi Avrupa oldu. Ancak, Avrupa karantina ve izolasyon konusunda yavaş hareket etmekte ya da gecikmeli yanıt vermektedir.

Türkiye, İrandan gelen bir uçaktaki yolculara karantina uygulaması yaptı. Bazı ülkelerden uçuşları iptal etti, okulları kapattı. Ancak, ülkemizde henüz köy, mahalle, ilçe ve illerde karantina uygulaması yapılmadı. Yapılma durumuna ilişkin de bilgi verilmedi. İlk odakta ortaya çıkan 5 vaka ile ilgili temaslı tarama çabaları sürüyor. Öte yandan bu kümenin ortaya çıktığı yerleşim yerinde hareket kısıtlılığı (karantina) yapıp yapılmadığına ilişkin bilgi verilmedi.

Hastalığın hangi ilde ya da adreste olduğu açıklanmayabilir, ancak orada bir dolaşım sınırlaması yapılmaz ise bu salgını durdurmak güç olabilir. Apartman, mahalle ve ilçede dolaşım kısıtlılığı getirilmesi düşünülmelidir. Buna ilişkin topluma bilgi verilmelidir.

Türkiye yurt dışından gelenleri 14 gün telefon ile takip etmeye çalışmaktadır. Şu aşamada en önemli işlemlerden biri bu gruptur. Olası temaslı olan bu gruba karşı izlem, eğitim ve yönlendirme çabalarına ağırlık verilmelidir.

Son bir gelişme de Umre'den gelen bir kişinin de vaka olarak tanımlanmasıdır. Bu süreçten itibaren, gelen kişilerle ilgili 14 günlük evde kalınması daveti gönüllü değil; zorunlu olmalı; bu kişilere karantina uygulanmalıdır. Ev içinde diğer insanlarla olan ilişkileri konusunda bilgi verilmelidir. Hastalık belirtileri olması durumunda nasıl hareket etmesi gerektiği konusunda bilgi verilmeli, özel ambulanslarla taşınmalıdır. Transfer sırasında maske takmaları sağlanmalı, toplu taşıma kullanmalarına izin verilmemelidir.



Türkiye ulaşımına ilişkin yeni önlemler getirilebilir.

Yurtdışına gidiş ve gelişlerin denetimi daha da sıklaştırılabilir. Zorunlu haller dışında uçuşlar kapatılabilir. Kara yolu sınır kapıları, sınırdan kaçak girişler, düzensiz göçmenlere ilişkin planlar da yapılmalıdır.

En eski yöntemlerden biri olan karantina ve izolasyon, Korona Pandemisine karşı en önemli araçlarımızdır. Bunu etkili bir biçimde kullanmak için hep birlikte çaba harcamalı ve düşünmeliyiz.

Günümüzde insanlar son derece hızlı ve kısa süre uzak yerlere gidip dönüyorlar. Sürekli olarak yaşadıkları yerde büyük toplantılar sosyal, bilimsel, kültürel ve ticari etkinlikler yapılmaktadır. Çok büyük kentlerde çok yakın yaşam sürmektedirler. Toplu eğitim, ibadetler, cenaze, eğlence, düğün vb. yerlerde çok büyük insan topluluklarının varlığı hastalıkların özellikle solunum yolu ile bulaşan hastalıkların yayılımını kolaylaştırmaktadır. Özellikle demokratik ülkelerin temel bir hakkın sınırlanması konusundaki çekinik durumları karantina uygulamalarını zorlaştıran etkenler arasındadır.

Buna karşın uzaktan iletişim araçları, daha iyi bir iletişim, haberleşme, ev ortamında çalışma, dinlenme ve eğlence etkinliklerine erişebilme ise olumlu faktörlerdir.

Çok eskilerden bu yana yapılagelen karantina uygulamaları üzerine bugün daha çok düşünmeliyiz. Koronanın özelliği, bireylerin hareket kabiliyetleri ve coğrafi özellikler dikkate alınarak, apartman, mahalle, köy, belde, ilçe, il karantinaları nasıl uygulanacağını, karantina altına alınmanın koşulları, uygulama şekli, kaldırılma koşulları gibi pek çok konuyu vakit geçirmeden konuşmak gereklidir.

Uçuşların iptali, okulların kapatılması, hareket sınırlaması ve sosyal mesafelerin uzatılması, yani yavaşlamak ve uzak durmak ya da hareket etmemek, evde kalmak bu dönemde en iyi seçenektir.



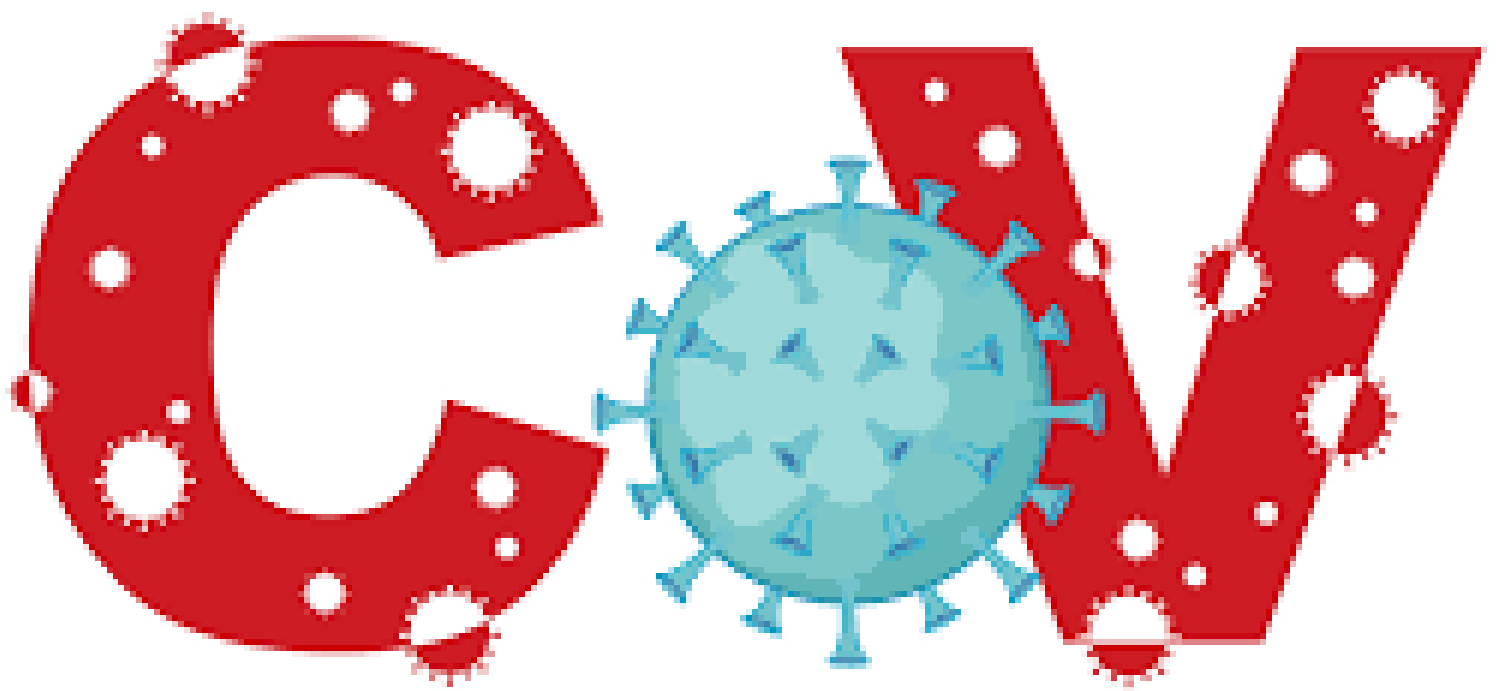
SONUÇ

Karantina ve izolasyon bugün için Korona kontrolünde en önemli iki yöntemdir. Çin'in başarısının altında da bu yatmaktadır. Diğer önlemler karantina ve izolasyon varsa anlam taşır. "Hareket etme, uzak dur." bu dönemde ilkemiz olsun.

Not: Karantina çok zor diyorsanız, Anna Frank'ın yaşam öyküsünü izleyiniz veya okuyunuz.

KAYNAKLAR

- Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) - www.who.int
- T.C. Sağlık Bakanlığı - www.saglik.gov.tr
- ABD Hastalıkları Kontrol ve Önleme Merkezi (CDC) - www.cdc.gov
- Halk Sağlığı Uzmanları Derneği (HASUDER) <https://www.hasuder.org.tr>
- <https://www.statista.com/chart/21076/china-quarantine-drops-coronavirus-cases/>
- <https://time.com/5802293/coronavirus-covid19-singapore-hong-kong-taiwan/>



CORONAVIRUS

