

KORONAVİRÜS'Ü TEDBİRLER YENER.



Maskeni
doğru tak.



Mesafeni
koru.

2M



Ellerini
sık sık yıka.



Elinle yüzüne
dokunma.

2E

Bilgi için: www.saglik.gov.tr



T.C. SAĞLIK
BAKANLIĞI



ORTAK ALANLARDA KONTROLLÜ SOSYAL HAYAT KİŞİSEL HİJYEN KURALLARINA UYALIM.



Ellerinizi en az 20 saniye boyunca sabunla ovarak yıkayın.



Zorunlu olmadıkça ortak kullanılan yüzeylere dokunmayın.



Ellerinize yüzünüze dokunmamaya özen gösterin.

KİŞİSEL HİJYEN TEDBİRLERİ İLE
KORONAVİRÜS'E GEÇİT YOK.

Bilgi için: www.saglik.gov.tr



T.C. SAĞLIK
BAKANLIĞI



ELLERİMİZİ NE ZAMAN YIKAMALIYIZ?



- ▶ Yemek hazırlamadan önce ve hazırladıktan sonra
- ▶ Yemek yemeden önce ve yedikten sonra
- ▶ Tuvalete girmeden önce ve tuvaletten çıktıktan sonra
- ▶ Diş, ağız, yüz, göz temizliğinden önce

- ▶ Burun temizliğinden sonra
- ▶ Öksürdükten ve hapşırdıktan sonra
- ▶ Çöplere ve bozulmuş gıdalara dokunduktan sonra
- ▶ Pişmemiş gıdalara temas ettikten sonra



- ▶ Toplu taşıma araçlarını kullandıktan sonra
- ▶ Hayvanlarla temas ettikten sonra
- ▶ Eller görünür şekilde kirlendiğinde
- ▶ Dışarıdan eve girdiğimizde

ELLERİMİZİ NASIL YIKAMALIYIZ?

1 El yıkama öncesinde, ellerdeki yüzük-saat gibi aksesuarlar çıkarılır.

2 Akmakta olan su altında eller ıslatılır.



3 Bilekler, avuç içi, ellerin sırt ve parmak araları ile tırnakların kenar ve uçları sabun ile köpürtülerek en az 20 saniye süreyle kuvvetlice ovuşturulur.

4 Eller su altında iyice durulanır.

5 Eller bileklerden başlayarak kâğıt havlu ile kurulanır.

6 Aynı kâğıt havlu ile musluk kapatılır.



T.C. SAĞLIK
BAKANLIĞI

saglik.gov.tr


/SaglikBakanligi



TIBBİ MASKE KULLANIMI SIRASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER



Tibbi maskenin burun, ağız ve çeneyi içerisine alan ön kısmına **hiçbir zaman dokunulmamalıdır.**

Kazara dokunulursa eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanmalı veya alkol içerikli el antiseptiği ile ovalanmalıdır.



Tibbi maske kullanım sırasında kirlenir, nemlenir veya yırtılır ise **mutlaka yenisiyle değiştirilmelidir.**

Tibbi maskeler **kesinlikle ortak kullanılmamalıdır.**



Kullanılmış tıbbi maskenin kirlenmediği düşünülse bile **asla tekrar kullanılmamalıdır.**



“**YENİ KORONAVİRÜS HASTALIĞI BELİRTİLERİ OLMAYAN KİŞİLERİN TIBBİ MASKE KULLANMASI ZORUNLU DEĞİLDİR.**”



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI

/SağlıkBakanligi



YENİ KORONAVİRÜS HASTALIĞI (COVID-19)

TIBBİ MASKE KULLANIMI



/SağlıkBakanligi

Yeni Koronavirüs solunum yolu enfeksiyonu yapan bir virüsdür.

Hasta kişilerin öksürme veya hapsirmeye ortaya saçtığı **damlacıkların** ortamdaki diğer bireyler tarafından **solunmasıyla**, damlacıkların yapıştığı yüzeylere dokunulduktan sonra **ellerin ağız, burun veya göze götürülmesiyle** Yeni Koronavirüs enfeksiyonu bulaşmaktadır.

KİMLER TIBBİ MASKE KULLANMALIDIR?

- Ateş, öksürük, solunum sıkıntısı belirtilerinden birinin gelişmesi durumunda hemen tıbbi maske takarak en yakın sağlık kuruluşuna başvurun.
- Yeni Koronavirüs Hastalığı tanısı veya şüphesi olan bir kişinin bakımını yapıyorsanız mutlaka tıbbi maske takın.



- Ev izolasyonundayken çeşitli nedenlerle dışarı çıkmak zorunda kalırsanız evden çıkarken mutlaka tıbbi maske takın.
- Ev izolasyonundayken evin ortak alanlarını (banyo, mutfak, salon vb.) kullanırken mutlaka tıbbi maske takın.

MASKE NASIL TAKILIR?

- Maskeyi takmadan önce eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanır.
- Su ve sabunun olmadığı durumlarda eller 20-30 saniye alkol içerikli el antiseptiği ile ovalanır.
- Maske; katlı kısmı dış tarafta kalacak, üst taraftaki metal şerit burun köprüsünün üzerine gelecek şekilde takılır.



- Maske lastikli ise maskenin yanlarındaki lastikler kulak kepeğinden geçirilerek takılır.



- Maske ipli ise maskenin üst kenarındaki ipler kulakların üstünden geçirilerek başın arka kısmında bağlanır, alt kenarlarındaki ipler ensede bağlanır.



- Maskenin üst tarafındaki metal şerit burun köprüsünün üzerine hafifçe bastırılarak yerleştirilir.
- Maske burun, ağız ve çeneyi tamamen kapatacak, kenarlardan hava geçişine izin vermeyecek şekilde takılır.

MASKE NASIL ÇIKARILIR?

- Maske burun, ağız ve çeneyi içine alan, yoğun kirlenmenin gerçekleştiği ön kısmına dokunulmadan çıkarılmalıdır.
- Lastikli ise kulak arkasındaki lastiklerden tutarak çıkarılır.



- İpli ise önce ense bölgesindeki alt ipleri, sonra başın arkasındaki üst ipleri çözümlenerek çıkarılır. Böylece maskenin düşmesi engellenmiş olur.

- Çıkarılan maske lastiklerinden veya iplerinden tutularak çöpe atılır ve çöpün sürekli kapalı kalması sağlanır.

- Maskeyi çıkardıktan sonra eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanır.



- Su ve sabunun olmadığı durumlarda eller 20-30 saniye alkol içerikli el antiseptiği ile ovalanır.

TIBBİ MASKEYİ DOĞRU BİR ŞEKİLDE TAKMAK, ÇIKARMAK; TAKMA ÖNCESİNDE VE ÇIKARMA SONRASINDA EL HİJYENİNİ SAĞLAMAK OLDUKÇA ÖNEMLİDİR.



OFİS VE BÜRO SİSTEMİNDE FAALİYET GÖSTEREN İŞ YERLERİ İÇİN KONTROLLÜ SOSYAL HAYAT ÇALIŞMA REHBERİ

- İş yerinde çalışma düzeni gerekli en az personel bulunacak şekilde planlanır.
- Çalışan personelin COVID-19'un bulaşma yolları ve korunma önlemleri hususunda bilgilendirilmesi sağlanır.
- Hasta ve hastalık belirtisi gösteren, izolasyonda bulunması gereken personel **çalıştırılmaz**.
- **Personel** iş yerine girince ve iş yerinden çıkmadan önce ellerini yıkar. Personel sık aralıkla el hijyenini sağlar.
- İş yeri giriş-çıkışlarında ve bütün alanlarda **sosyal mesafe kuralları** uygulanır.
- Çalışanların oturma alanları arasında yan yana en az 1 metre mesafe bulunur. Karşılıklı oturma düzenlerinde personel arasında ayırcı paravan konulur veya 1,5 metre mesafe bırakılır.
- **İş yerinde bulunabilecek kişi sayısı** (çalışan ve müşteri dahil) **SOSYAL MESAFE KURALINA UYMAK KAYDIYLA** her 4 metrekare için bir kişidir. (AVM, iş hanları vb. içinde **doğrudan dışarı açılan pencere veya kapısı bulunmayan** iş yerleri için 8 metrekareye bir kişi). İş yeri metrekare ve kapasite bilgisi iş yeri girişine asılır.
- Müşteri kabul eden işletmelerde maskesiz müşteri içeri alınmaz. İşletme içerisinde müşteri ve çalışan herkesin maske takması zorunludur.
- **Her müşterinin girişte** el hijyeni sağlanması zorunludur. İş yeri girişinde %70 alkolü el antiseptiği veya kolonya bulundurulur.
- Sıra ve yoğunluk olabilecek iç ve dış alanlarda (ödeme noktaları vb.) zemin üzerinde 1,5 metre ara ile **işaretler** bulunur.
- Ödeme cihazları **her müşteri temasından sonra** %70'lik alkolle dezenfekte edilir. Temassız ödeme teşvik edilir.
- Müşterilere yiyecek ve içecek (kapalı şişe su hariç) **ikramı yapılmaz**.
- İçeride ortak kullanım amacıyla gazete, dergi vb. bulundurulmaz.
- Günlük temizlik yapılır. Sık dokunulan yüzeyler (kapı kolları, tezgâh üstleri vb.) sık aralıklarla **silinir**.
- İş yeri sık aralıklarla **havalandırılır**.
- İş yeri lavabosu mümkünse müşteri kullanımına kapalı tutulur. Tuvalet alanına giriş kapılarının kolları çok sık dezenfekte edilmelidir.
- Tuvaletlerde %70 alkolü el antiseptiği bulundurulur.
- Tuvaletlerin zeminleri, **klozetler, pisuvarlar, lavabolar, musluk ve batarya başlıkları, kapı kolları** sık sık temizlenir, dezenfekte edilir.
- Tuvalet ve lavaboların **temizlik saatleri** kayıt edilir ve görünür şekilde asılır.
- Tuvaletlerde devamlı **sıvı sabun, tuvalet kâğıdı ve kâğıt havlu** bulundurulur.
- El kurutma fanları **kullanıma kapatılır**. Tek kullanımlık kâğıt havlular kullanılır.
- Tuvalet temizliği yapacak personel eldiven, maske ve gözlük/siperlik kullanır.
- Tuvaletlerde hijyen bilgilendirme ve uyarı afişleri bulunur.
- Bu rehberdeki tüm kurallar ile dezenfeksiyon ürün ve standartları, T.C Sağlık Bakanlığının web sitesinde yayınladığı geniş rehberde tanımlandığı şekilde uygulanır.



Hayat Eve Sığar

Bu iş yerine puan ver!

Bu iş yerinin Çalışma Rehberi kurallarına uyumunu T.C. Sağlık Bakanlığının Hayat Eve Sığar uygulaması üzerinden puanlayabilir, kurallara uyum puanını görebilirsiniz.

Bilgi için: www.saglik.gov.tr



T.C. SAĞLIK
BAKANLIĞI

