

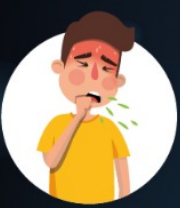
CORONA

PANİK YAPMA

TEDBİRİ DE BIRAKMA



BELİRTİLERİ NELERDİR?



ÖKSÜRÜK



ATEŞ



ZATÜRE



NEFES YETMEZLİĞİ



KUSMAK



İŞHAL

NASIL BULAŞIR?



Hastalarla
direkt temas

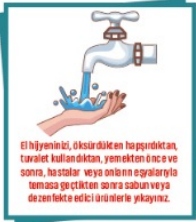


Hastaların kullandığı
eşyaları kullandıktan sonra
kulak, burun veya gözle temas

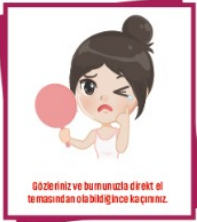


Hapşırma,
öksürme

HASTALIKTAN KORUNMA YÖNTEMLERİ



El hijyenini, öksürükten hapşırıldıktan, tuvalet kullandıktan, yemekten önce ve sonra, hastalar veya onlara bakanlarla temas geçtikten sonra sabun veya dezenfektan edici ürünlerle yıkayınız.



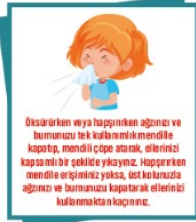
Gözetiniz ve burununuza direkt el temasından uzak durun.



Kalabalık alanlarda maske takınız.



Hastalar veya onların eşyalarıyla temastan uzak durunuz ve kaçınız, maske takınız.



Öksürükten veya hapşırırken ağzınızı ve burununuza tek kullandığınız mendille kapatıp, mendili çöpe atarak, ellerinizi kapamalı bir şekilde yıkayınız. Hapşırırken mendille ellerinizi yıkayın, üst kollarınızda ağzınızı ve burununuza kapatarak ellerinizi kullandığınız kağıtla yıkayınız.



Genel olarak hijyeninize dikkat ediniz.



Yemeden önce sebze ve meyveleri iyice yıkayınız.



Sağlık ve düzenli beslenmek, egzersiz yapmak ve yeterli uyumak glükolik güçlendirir, vücudun bağışıklık sistemini güçlendirir.



Hijyen eşyalarınızı ve havlularınızı kimseyle paylaşmayın.



Eczacınıza Danışın

