Olası veya Kesin COVID-19 Vakalarının Evde Bakımı

Kendinize ve ailenize dikkat edin

Hastalara bakım hizmeti sunanlar için
(Hastanın anne-babası, eşi ve diğer aile bireyleri ve arkadaşları için)

Hastanın izlem süresini evde geçirmesini sağlayın.
Eve ziyaretçi kabul etmeyin.

Hastanın hekim tarafından önerilen ilaçlarını düzenli olarak kullanmasını sağlayın.

Hastanın dinlenmesini, bol miktarda sıvı almasını, düzenli beslenmesini sağlayın.

Aile hekimi veya Sağlık Müdürlüğü tarafından arandığınızda telefona cevap verin ve arayanın sorduklarına cevap vererek yardımcı olun.

Hastanın durumunda kötüleşme veya solunum güçlüğü olması durumunda 112'yi arayın.

Hastayı, mümkünse diğer aile bireylerinden ayrı bir odada tutun.

Mümkün değilse iyi havalandırılan bir odada, diğer kişilerden en az 3-4 adım uzakta olmasını ve tıbbi maske takmasını sağlayın.

Maskenin nemlenmesi halinde yenisi ile değiştirin.

Hastanın öksürme ve hapşırma sırasında ağzını ve burnunu tek kullanımlık mendille kapatmasını, mendil yoksa dirseğinin iç kısmını kullanmasını sağlayın.

Hastanın el hijyenine önem verin.

Hasta ile aynı odada bulunurken tıbbi maske takın. Aynı odada iken maskeye veya yüzünüze dokunmayın. Odadan ayrıldıktan sonra maskeyi çöpe atın.

Hastanın kaldığı evde, mümkünse 65 yaş üzeri ve kronik hastalığı (hipertansiyon, diyabet, kronik akciğer hastalığı, kronik kalp hastalığı, kronik böbrek yetmezliği veya bağışıklık yetmezliği vb) olan bireylerin bulunmamasını sağlayın.

Mümkün değil ise temas riskinin en aza indirilmesini sağlayın.

Hastanın ev içindeki hareketini olabildiğince sınırlandırın.

Hastanın sık olarak dokunduğu yerleri (masa, komodin, yatak başı, kapı kolu vb.) belirleyin ve bu yerleri günde en az bir kez önce sabun veya deterjanlı su ile temizleyin, sonrasında **sulandırılmış çamaşır suyuyla** dezenfekte edin. Temizlik esnasında eldiven ve tıbbi maske kullanın.

Hastanın, varsa ayrı tuvalet ve banyo kullanmasını sağlayın.

Hasta ortak tuvalet, banyoyu kullanıyorsa bu alanları iyi havalandırın.

Hastanın kullandığı banyo ve tuvaletleri günde en az bir kez önce sabun veya deterjanlı su ile temizleyin, sonrasında **sulandırılmış çamaşır suyuyla** dezenfekte edin. Temizlik esnasında eldiven ve tıbbi maske kullanın.

Hastanın tabak, bardak, mutfak gereçleri, kıyafet, havlu, çarşaf ve yatak örtülerini başkalarına kullanmayın.

Hastanın tabak, bardak, mutfak gereçlerini deterjan ve suyla yıkayın.

Hastanın havlu, çarşaf, yatak örtüleri ve kıyafetlerini çamaşır makinasında 60-90ºC derecede normal deterjan ile yıkayın.

Özellikle; hasta veya çevresiyle temas sonrası, yemek hazırlanması öncesi ve sonrası, yemek yemeden önce ve tuvalet kullanımı sonrası olmak üzere, sık sık sabun ve suyla en az 20 saniye ellerinizi yıkayın veya alkol içeren dezenfektanlar ya da kolonya ile elinizi dezenfekte edin.

Kendi sağlık durumunuzu takip edin.

Ateş, öksürük veya solunum sıkıntınız olması durumunda sağlık kurumuna başvurun. Başvuru esnasında sağlık çalışanlarına evinizde COVID-19 olası/kesin vakası olduğunu bildirin.

Sulandırılmış çamaşır suyu hazırlanması

Banyo ve tuvaletler günde en az bir kez sulandırılmış çamaşır suyuyla (1:100 normal sulandırmada) (Sodyum hipoklorit Cas No: 7681-52-9) temizlenmelidir, belirgin şekilde kirlenme olduğunda 1:10 normal sulandırma ile hazırlanmış çamaşır suyuyla temizlenmelidir.

1/100'lük çamaşır suyu elde etmek için pratik olarak 10 litre su içine 1 küçük çay bardağı çamaşır suyu konulur.