

CORONAVIRUS (2019-nCoV)

Önlemler ve Öneriler

26 ŞUBAT

ORKUN ŞİRKETLER GRUBU

**Sağlık Bakanlığı Verilerinden
Yararlanılmıştır.**

GİRİŞ

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 kadar çeşitli hastalıklara neden olan büyük bir virüs ailesidir. Coronavirus'lar zoonotik olup, hayvanlardan bulaşarak insanlarda hastalık yapabilir. Detaylı 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 coronavirüs 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 ailesinden, daha önce insan ya da hayvanlarda varlığı gösterilmemiş olan MERSCoV (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. SARS Coronavirus'u ile uzaktan bağlantılı olmasına rağmen, yaşanmış olan SARS tecrübesinden ötürü endişe oluşturmuştur. 31 Aralık 2019'da DSÖ Çin Ülke Ofisi, Çin'in Hubei eyaletinin Wuhan şehrinde etiyolojisi bilinmeyen pnömoni vakalarını bildirmiştir. 7 Ocak 2020'de etken daha önce insanlarda tespit edilmemiş yeni bir coronavirus (2019-nCoV) olarak tanımlanmıştır. Daha sonra 2019-nCoV hastalığının adı COVID-19 olarak kabul edilmiştir. Bu rehber, COVID-19, etkeni, bulaşma yolları, vaka tanımları ve tanı yöntemleri hakkında bilgi vermek; COVID-19 vakası veya temaslı ile karşılaşıldığında izlenmesi gereken strateji ve uygulama şekilleri hakkında yol göstermek amacıyla hazırlanmıştır. Bu doküman ağırlıklı olarak DSÖ önerileri doğrultusunda oluşturulmuştur. COVID-19'a yönelik olarak hazırlanmış olan "COVID-19 (2019-nCoV Hastalığı) Rehberi" güncel DSÖ önerileri ve bilimsel gelişmeler doğrultusunda güncellenmektedir. Güncellenen rehber dokümanı ve rehber sunumları, afiş, broşürler ve sık sorulan sorular ve cevapları Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü web sayfasında (www.hsgm.saglik.gov.tr) düzenli olarak yayımlanmaktadır.

Epidemiyoloji

Çin'in Hubei Eyaleti, Vuhan Şehrinde, 31 Aralık 2019'da etiyolojisi bilinmeyen pnömoni vakaları bildirilmiştir. Vuhan'ın güneyindeki Vuhan Güney Çin Deniz Ürünleri Şehir Pazarı (farklı hayvan türleri satan bir toptan balık ve canlı hayvan pazarı) çalışanlarında kümelenme olduğu belirtilmiştir. Vakalarda ateş, dispne ve radyolojik olarak bilateral akciğer pnömonik infiltrasyonu ile uyumlu bulgular tespit edilmiştir. Şu ana kadar bildirilen ölüm vakaları genellikle ileri yaştaki bireyler yada eşlik eden sistemik hastalığı olan bireyler olmuştur.

İlk impoite vaka 13 Ocak 2020'de Tayland'dan bildirilen, 61 yaşındaki Çinli bir kadındır. Japonya Sağlık Bakanlığı tarafından 14 Ocak 2020'de, 30'lu yaşlarda bir erkek hasta ikinci impoite vaka olarak bildirilmiştir. Tayland ve Japonya'dan bildirilen iki impoite vakanın Vuhan eyaletine seyahat öyküsü olup, ilk kümelenmenin tespit edildiği deniz ürünleri pazarına ziyaret öyküsü bulunmamaktadır. Ayrıca kıtalar arası impoite vaka bildiri de yapılmıştır. Güncel verilere Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019> ve Türkiye Hudut ve Sahiller Sağlık Genel Müdürlüğü'nün aşağıdaki linkinden son güncellemelerle <https://www.seyahatsagligi.gov.tr/Site/koronavirus> adresinden ulaşılabilir.

31 Aralık 2019 tarihinde tespit edilen pnömoni kümelenmesinin etkeni, 7 Ocak 2020'de daha önce insanlarda tespit edilmemiş yeni bir coronavirus olarak tanımlanmıştır. Bu tarihten sonra vaka sayılarında artış bildirilmekte olup, sağlık çalışanlarında hastalığın ortaya çıkması insandan insana bulaşma olduğunu göstermektedir.

“ SAĞLIĞIMIZ EN DEĞERLİ HAZİNEMİZDİR”

COVID-19 Enfeksiyonunda Kaynak ve Bulaşma

Kaynak:

Henüz netlik kazanmamıştır.

COVID-19'ların kökeni hala araştırılmaktadır. Bununla birlikte eldeki veriler, Huanan Deniz Ürünleri Toptan Satış Pazarında yasadışı olarak satılan vahşi hayvanları işaret etmektedir.

Bulaşma

Hastalığın başlangıcındaki ilk kaynak olarak Huanan Deniz Ürünleri Toptan Satış Pazarında yasadışı satılan vahşi hayvanlar düşünülmekle birlikte, insandan insana ve sağlık merkezlerinde bulaşma bildirilmiştir. Hastalığın damlacık yoluyla bulaştığı düşünülmektedir. Virus hasta bireylerden öksürme, hapşırma yoluyla ortaya saçılan damlacıklarla ve hastaların kontamine ettiği yüzeylerden (göz, ağız, burun mukozasına temasla) bulaşabilir.

Asemptomatik kişiler solunum yolunda virus taşıyabilir, ancak esas bulaşma hasta bireylerden olmaktadır.

SARS-CoV ve MERS-CoV epidemiyoloji bilgisine göre 14 güne kadar inkübasyon süresi olabileceği düşünülmektedir. Yeni vaka serilerinde inkübasyon süresi değerlendirilmektedir.

Klinik tablolar yeni tanımlanmaktadır. Yayınlarda vaka sayıları kısıtlı ve birbirinden farklı olduğu için ortalama inkübasyon periyodu farklı bulunabilmektedir. Şu ana kadar yayımlanmış olan bilimsel yayınlara göre kabul edilen inkübasyon süresi 2-14 gün arasındadır.

Coronavirüsler genel olarak dış ortam dayanıklılığı olmayan virüslerdir, Ancak bugün için COVID- 19'un bulaştırıcılık süresi ve dış ortama dayanma süresi net olarak bilinmemektedir.

Nasıl Bulaşır ?

Corona virüsler birçok farklı canlıda hastalıklara neden olabilir. Ancak SARS-CoV insanlar ve maymunlar, Himalaya misk kedisi, rakun köpeği, kedi, köpek ve kemirgenler gibi hayvanlara bulaşabilir. Kış aylarında daha çok görülen bu virüs; özellikle solunum yolları, karaciğer, mide, barsak ve sinir sistemini etkileyebilir. Bu virüs öksürme ve hapşırma ile

havaya saçılan virüslerin kolayca alınması ve enfekte materyale dokunulmasıyla ağız ve buruna temas sonucunda bulaşabilir.

Özellikle Hayvanlardan Geçebiliyor

Virüsün insanlara hayvanlardan -develer, yarasalar- bulaştığı düşünülmektedir. Özellikle deve eti ve sütüyle bulaşma ön plandadır. Hasta insanlarla aynı ortamda yaşamak veya onların bakımı sırasında yakın temasta bulunmak virüsün bulaşımının başka bir sebebidir. Mikroplarla kirlenmiş yüzey ve eşyalarla temas etmiş ellerle ağız, burun ve gözlere dokunmakla; hapşırma, öksürme ve konuşma esnasında havaya atılan damlacıkların solunum yoluyla alınmasıyla virüs insanlara geçer.

Belirtileri Nelerdir ve Tanısı Nasıl Konulur ?

Üst solunum yolu hastalıkları belirtilerinden bazıları olan burun akıntısı, öksürük, boğaz ağrısı ve ateş virüsün belirtilerindedir. Bu virüsler bazen zatürre gibi alt solunum yolu hastalıklarına yol açabilir. Bu durum kalp-akciğer hastalarında, bağışıklık sistemleri yetersiz kişilerde veya yaşlılarda daha sık görülür. Virüsün teşhisi için klinik belirtileri hafif olduğundan laboratuvar testleri genellikle çok sık kullanılmaz. Ancak hekim gerek gördüğünde serolojik tetkikler ve polimeraz zincir reaksiyonu (PCR) gibi laboratuvar testleri kullanılabilir.

Ateş, İshal ve Kusma Varsa Dikkat!

MERS-CoV'a maruziyetten semptomların başlamasına kadar olan süre (inkübasyon süresi) 2 ile 14 gündür. MERS-CoV enfeksiyonu teyit edilmiş birçok insanda ateş, öksürük, nefes darlığı semptomlarıyla, ciddi akut solunum hastalığı ortaya çıkmıştır. Bazı hastalarda ishal, bulantı, kusma şeklinde sindirim sistemi bulgularının da tabloya eşlik ettiği görülmüştür.

Virüsün bulaştığı hastalarda zatürre ve böbrek yetmezliği gibi ciddi komplikasyonlar geliştiği ve bu hastaların yaklaşık %30'nun hayatını kaybettiği görülmüştür. Ölümünün çoğunda altta yatan başka tıbbi problemler (şeker, kanser, kronik akciğer, kalp ve böbrek hastalıkları gibi) vardır. Bazı enfekte insanlarda, semptomlar soğuk algınlığı belirtileri gibi hafiftir. Bazılarında hiç belirti yoktur ve bu hastalar genellikle iyileşirler.

Özetle Hastalığın Belirtileri:

- Ateş
- Öksürük
- Nefes darlığı
- İshal
- Bulantı ve kusmadır

Nasıl Tedavi Edilir ?

Corona virüs hastalığı olan çoğu kişide hafif seyirli olduğundan hastalar ilaç tedavisine gerek duymadan iyileşebilir. Ancak bazı belirtileri azaltmak ve hastayı rahatlatmak için hastaya ağrı kesici ve ateş düşürücüler, öksürük ilaçlarıyla bol sıvı desteği ve istirahat önerilir. Ek hastalığı ve durumu ağır olanların hastanede yatarak tedavileri gerekebilir.

Evde COVID-19 Vaka İzlemi

Hastaneye yatış gerekmediği düşünülen ve altta yatan hastalığı bulunmayan (akciğer, kalp, böbrek yetmezliği, veya bağışıklık yetmezliği vb) olası/kesin COVID-19 vakaları semptomlar düzeline kadar evde takip edilebilir.

1. Evde izlenen hastalar iyileşene kadar İl Sağlık Müdürlüğü tarafından takip edilmelidir.
2. Hasta izlem süresini mümkünse evde geçirmesi uygundur.
3. Başka kişi/kişiler ile aynı ortamı paylaştığı (ev, sokak, hastane vb.) zaman tıbbi maske takmalıdır.
4. Ev halkına bulaşma riskini önlemek için evde takipli hastalar mümkünse evdeki diğer kişilerden farklı bir odada, mümkün değil ise iyi havalandırılan bir odada oturmalı, diğer kişilerden en az 1 metre uzakta olmalıdır ve tıbbi maske takmalıdır, maskenin nemlenmesi halinde yenisi ile değiştirmelidir.
5. Eve ziyaretçi kabul edilmemelidir.
6. Hasta bakımını tercihen genel durumu iyi tek bir kişi yapmalıdır. Hastanın bakımını kişisel temizliğini yapan kişi tıbbi maske, kullanmalıdır.
7. Hastanın ev içindeki hareketi sınırlandırılmalı; tuvalet, banyo gibi ortak kullanılan alanlar iyi havalandırılmalı; klozet, kapı kolları ve lavabo gibi yüzeyler her kullanımından sonra uygun şekilde temizlenmeli, mümkünse ayrı banyo ve tuvalet kullanılmalıdır.
8. Hastaya ve yakınlarına solunum hijyeni konusunda eğitim verilmelidir (Öksürme veya

hapşırma sırasında bir mendille (tercihen kağıt mendille) ağzını kapatmalı, kullanılmış mendiller ağız kapalı ve delik olmayan naylon poşetlere konularak ağız kapatılarak, ikinci bir naylon poşet içerisinde atılmalı, ellerini sıklıkla yıkamalı).

9. Hasta, kişisel eşyalarını başkaları ile paylaşmamalı, ev halkının bardak, tabak, havlu gibi eşyalarını kullanmamalı; eğer kullanması gerekirse bu eşyaları iyice su ve sabunla yıkamalıdır. Vakanın kullandığı kıyafetler 60-90°C'de normal deterjan ile yıkanmalıdır

10. Hasta odasının, kıyafetlerinin vb. temizliği esnasında eldiven kullanılmalıdır.

11. Tüm ev sakinleri kendi sağlık durumlarını takip etmeli ve belirti ortaya çıkması durumunda sağlık kurumuna başvurmalıdır.

12. Hastanın semptomları takip edilmeli, bir kötüleşme olursa acil tıbbi yardım istenmeli ve hastanın durumu hakkında sağlık kuruluşuna bilgi verilmelidir.

13. Hastanın nakli gerekli ise nakil sırasında mutlaka tıbbi maske takmaları sağlanmalıdır.

Evde Temaslı İzlemi

Olası/Kesin vaka ile teması (yakın temaslı/uçak temaslı) olanlar 14 gün süreyle izlenir. COVID-19 enfeksiyonu için doğrulama sürecindeki vakalar ile yakın temas edenler, temas ettikleri hastanın numune sonucu negatif ise izlem sonlandırılır; pozitif gelirse izleme 14. güne kadar devam edilir.

1. Evde izlenen temaslılar İl Sağlık Müdürlüğü tarafından telefonla takip edilmelidir.

2. Temaslı izlem süresini mümkünse evde geçirmesi uygundur.

3. Başka kişi/kişiler ile aynı ortamı paylaştığı (ev, sokak, hastane vb.) zaman tıbbi maske takmalıdır.

4. Ev halkına bulaşma riskini önlemek için evde takipli hastalar mümkünse evindeki diğer kişilerden farklı bir odada, mümkün değil ise iyi havalandırılan bir odada oturmalı, diğer kişilerden en az 1 metre uzakta olmalıdır ve tıbbi maske takmalıdır, maskenin nemlenmesi halinde yenisi ile değiştirmelidir.

5. Eve, ziyaretçi kabul edilmemelidir.

6. Temaslının ev içindeki hareketi sınırlandırılmalı; tuvalet, banyo gibi ortak kullanılan alanlar iyi havalandırılmalıdır.

7. Temaslı, kişisel eşyalarını başkaları ile paylaşmamalı, ev halkının bardak, tabak, havlu gibi eşyalarını kullanmamalı; eğer kullanması gerekirse bu eşyaları iyice su ve sabunla

yıkamalıdır. Vakanın kullandığı kıyafetler 60-90°C'de normal deterjan ile yıkanmalıdır
8. Banyo ve tuvaletler günde en az bir kez sulandırılmış çamaşır suyuyla temizlenir.

Vaka Görülen Ükelere Gidecek Kişilerin Yapması Gerekenler

Çin Halk Cumhuriyeti başta olmak üzere yüksek vaka sayısı veya hızlı vaka artışının görüldüğü ülkelere seyahatler mümkünse ertelenmeli, zorunluluk durumlarında seyahat planlayanlar için aşağıdaki uygulamalar önerilir;

- Hasta insanlarla temastan kaçınılmalıdır (mümkün ise en az 1 m uzakta bulunulmalı).
- Hastaların yoğun olarak bulunması nedeniyle mümkün ise sağlık merkezlerine gidilmemeli, sağlık kuruluşuna gidilmesi gereken durumlarda diğer hastalarla temas en aza indirmelidir.
- Gıda güvenliği önerilerine dikkat edilmelidir (çiğ süt ve hayvansal ürünler tüketmemek, çiğ tüketilecek sebze ve meyveleri iyice yıkayarak tüketmek gibi).
- Yabani ve evcil hayvanlar (canlı veya ölü) ile temastan kaçınılmalıdır.
- El hijyenine dikkat edilmelidir, sık aralıklar ile temizlenmelidir. Eller en az 20 saniye boyunca sabun ve suyla yıkanmalı, sabun ve suyun olmadığı durumlarda alkol bazlı el antiseptiği kullanılmalıdır. Antiseptik içeren sabun kullanmaya gerek yoktur, normal sabun yeterlidir.
- Öksürme veya hapşırma sırasında burun ve ağzın tek kullanımlık kâğıt mendil ile kapatılması, kâğıt mendilin bulunmadığı durumlarda ise dirsek içinin kullanılmasına dikkat edilmesi çevreye hastalık etkenin bulaşmasını azaltmada etkilidir.
- Özellikle solunum enfeksiyon bulguları (ateş, burun akıntısı, burun tıkanıklığı, hapşırma, öksürme, boğaz ağrısı gibi) varlığında, öksürük ve hapşırma sırasında yukarıda belirtilen uygulamalara dikkat edilmesi, ellerin sık olarak yıkanması, hasta kişilerin mümkünse kalabalık yerlere girmemesi, eğer girmek zorunda kalınıyorsa ağız ve burnun kapatılması, mümkünse tıbbi maske kullanılması önerilmektedir. Hasta olmayan kişilerin maske takmasına gerek yoktur.

Yolculuk dönüşü 14 gün içinde ateş, öksürük, solunum sıkıntısı gelişirse sağlık kuruluşuna başvurmaları ve seyahat öyküsünü bildirmeleri gerekmektedir.

Corona Virüsünden Korunmak İçin Mutlaka Bu Önlemleri Alın

- Eller sık sık, 20 saniye süreyle su ve sabunla yıkanmalıdır. Küçük çocukların da aynı şekilde ellerini yıkamasını sağlanmalıdır.
- Su ve sabun bulunamıyorsa alkol bazlı bir el dezenfektanı kullanılmalıdır.
- Öksürürken veya hapşırırken ağız ve burun kağıt mendille kapatılmalı, ardından mendil mutlaka çöpe atılmalıdır.
- Kirli ellerle ağıza buruna ve gözlere dokunulmamalıdır.
- Corona Virüs belirtileri olan ya da teşhisi konmuş hastalarla aynı kaptan yemek yemek, aynı bardağı paylaşmak veya öpüşmek gibi kişisel temastan kaçınılmalıdır.
- Kapı kolları ve oyuncak gibi sık dokunulan yüzeyler temizlenmeli ve bunlar dezenfekte edilmelidir.
- Dünya Sağlık Örgütü, riskli bölgelere seyahat eden herkesin, çiftlikler, pazarlar, ahırlar ve hayvanların bulunduğu diğer yerleri ziyaret ederken genel hijyen kurallarına uymalarını, hayvanlarla temas öncesi ve sonrası düzenli olarak ellerini yıkamalarını, hasta hayvanlarla temastan kaçınmalarını, çiğ ya da iyi pişmemiş hayvan ürünlerini tüketmemeleri konusunda uyarmaktadır.

TOPLU YAPILARDA ACİL EYLEM DURUM PLANI

- Yabancı ülke vatandaşlarından Sosyal Tesisleri kullanmak isteyen sakinlerin pasaportları istenmeli, özellikle son 15 günde yurtdışı seyahatlerde bulunmuşlarsa kendilerinden virüs testi istenmeli ve raporları site yönetimine ibra edildikten sonra kullanımına izin verilmelidir,
- Tehlikeli bir durum hissedildiğinde Sosyal Tesis geçici bir süre kapatılmalıdır,
- Tüm personellere eldiven temin edilmelidir,
- Personellerde yukarıda belirtilen hastalık belirtilerinden herhangi biri oluştuğunda ilgili personel derhal sağlık kuruluşuna yönlendirilmelidir,
- Ortak kullanım alanlarına personelimiz tarafından dezenfekte işlemi yapılmalıdır(kapı kolları, asansör düğmeleri, merdiven trabzanları vb. yerlerin pompalarla dezenfeksiyon ürünü sıkılması suretiyle).
- Ortak alanlara uyarı yazıları asılmalıdır.