



# İSTANBUL TEKNİK ÜNİVERSİTESİ

## COVID-19 HASTALIĞI BİLGİLENDİRME

### EĞİTİMİ

İnşaat Yüksek Müh. / İş Güvenliği Uzmanı Ayşegül Bayın SARIAHMETOĞLU  
Uzm. Hemşire Hamire METİN

23.11.2020

# COVID-19 HASTALIĞI BİLGİLENDİRME EĞİTİMİ



Bu eğitim; Covid-19 salgını ve bulaşıcı hastalıklarla mücadele kapsamında

✓ **Üniversitemiz yerleşkelerinde sağlıklı ve temiz ortamların geliştirilmesi,**

✓ **Öğrencilerimiz, akademik ve idari personelimizin**

bilgilenmesi amacıyla YÖK ve TSE iş birliğiyle yayınlanmış olan «*Küresel Salgın Bağlamında Yükseköğretim Kurumlarında Sağlıklı ve Temiz Ortamların Geliştirilmesi Kılavuzu*» dikkate alınarak İTÜ İSGB Koordinatörlüğü ve İTÜ Ayazağa Mediko Sosyal Merkezi işbirliği ile hazırlanmıştır.

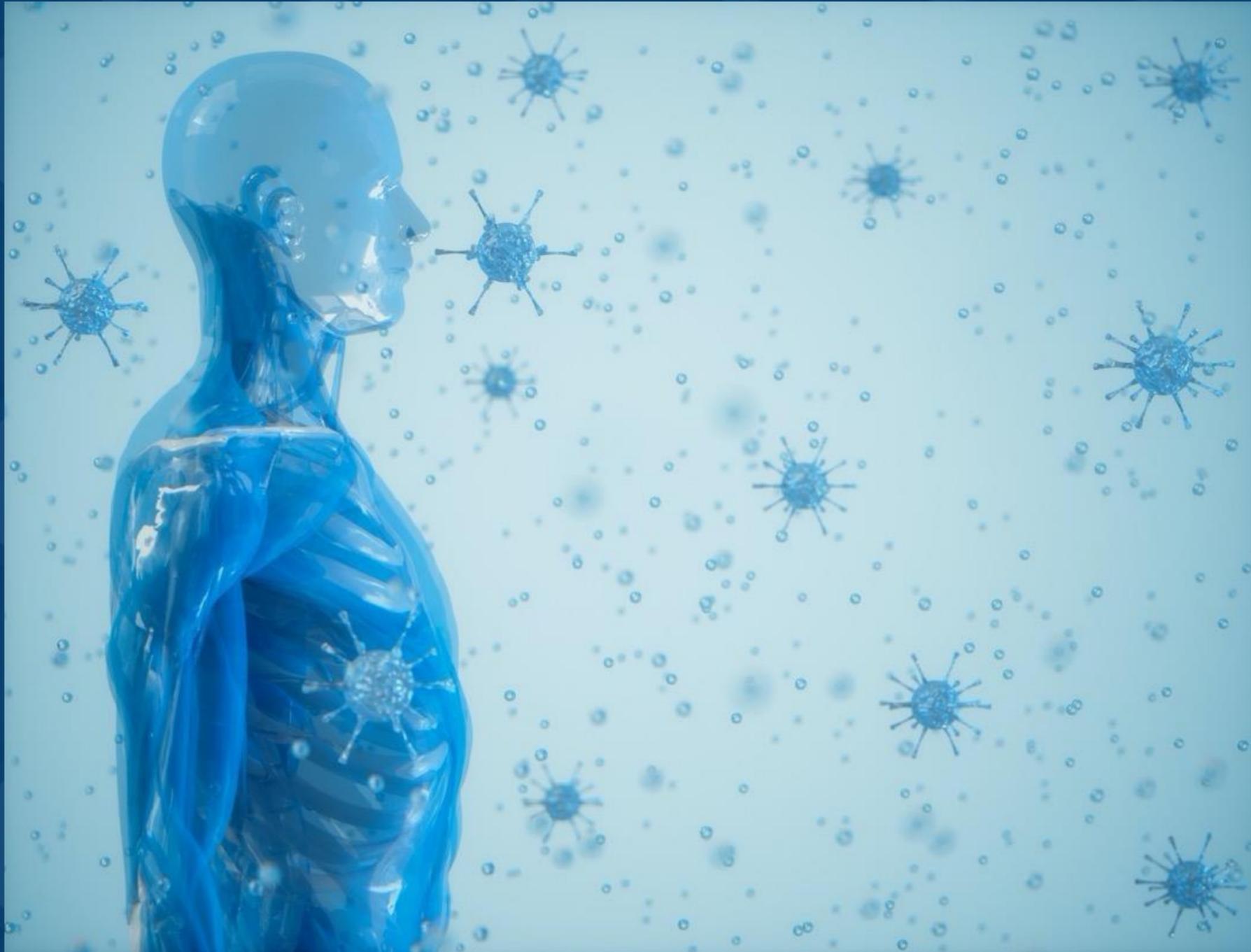


# EĞİTİM İÇERİĞİ



1. Salgın hastalıkların yayılımı,
2. Bulaşıcı hastalıklardan korunma prensipleri ve korunma tekniklerinin uygulanması, enfeksiyon kontrol önlemleri,
3. Biyolojik ve psikososyal risk etmenleri,
4. Kişisel hijyen,
5. Salgın hastalıklara karşı kişisel koruyucu ekipmanlar/donanımlar,
6. Kişisel koruyucu donanımların kullanımını ve atıklarının kontrolü,
7. Salgın hastalıklardan korunma tedbirlerine uyum ve geri bildirim.

# 1. SALGIN HASTALIKLARIN YAYILIMI



# DSÖ Göre Sağlığın ve Bulaşıcı Hastalığın Tanımı



Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) tanımına göre “Sağlık, sadece hastalık ve engellilik durumunun olmayışı değil; kişinin

**bedensel, ruhsal ve sosyal yönden**

tam bir iyilik halidir”.



Bulaşıcı hastalık **bakteri, mantar, virüs ve parazit gibi bir mikroorganizma veya onun toksik ürünlerine** bağlı olarak ortaya çıkan hastalıktır.

# SALGIN HASTALIKLARIN YAYILIMI

*Hastalıklar birçok farklı yolla bulaşabilmektedir*

## 1. Hava Yoluyla Bulaşma

(ör. kızamık, suçiçeği, verem)

## 3. Damlacık yoluyla Bulaşma

(öksürme hapşırma ve konuşma sırasında ortama yayılan damlacıklarla)

## 2. Temas Yoluyla Bulaşma

- Doğrudan Temas (enfekte kişilerin salgılarıyla direkt temas)
- Dolaylı Temas (mikroorganizma bulaşmış kapı kolu vb. yüzeylerle temas)

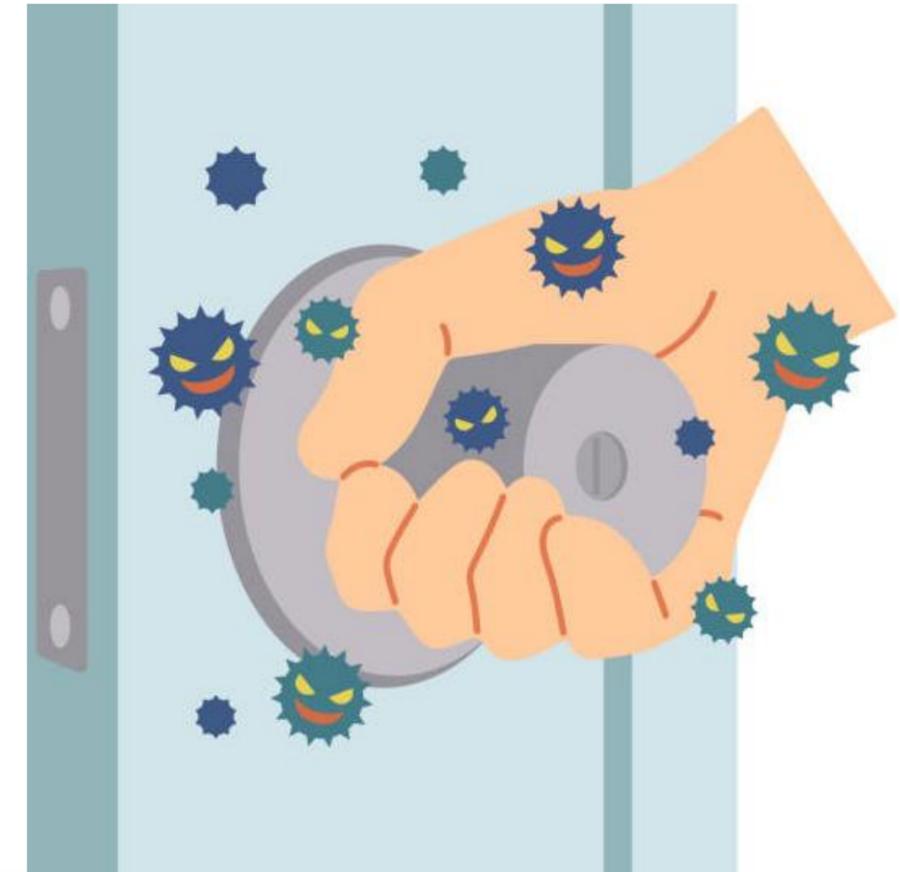
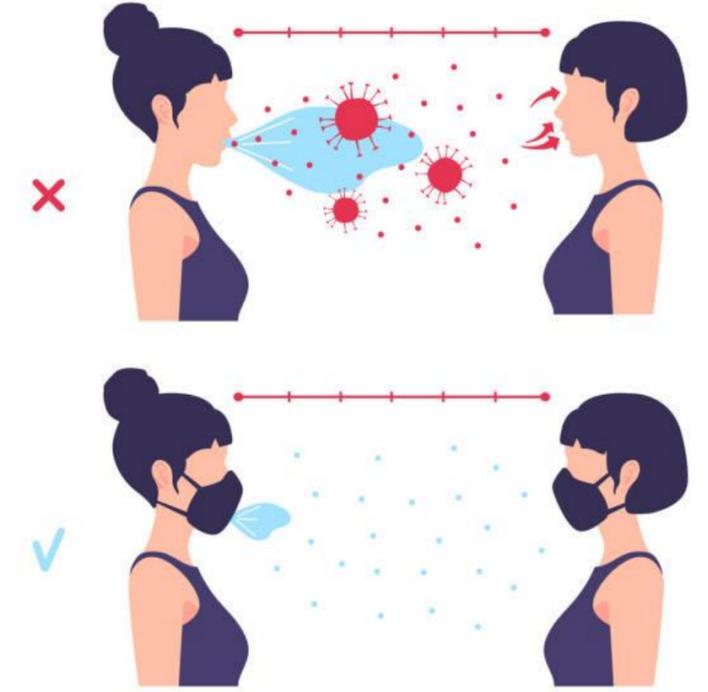
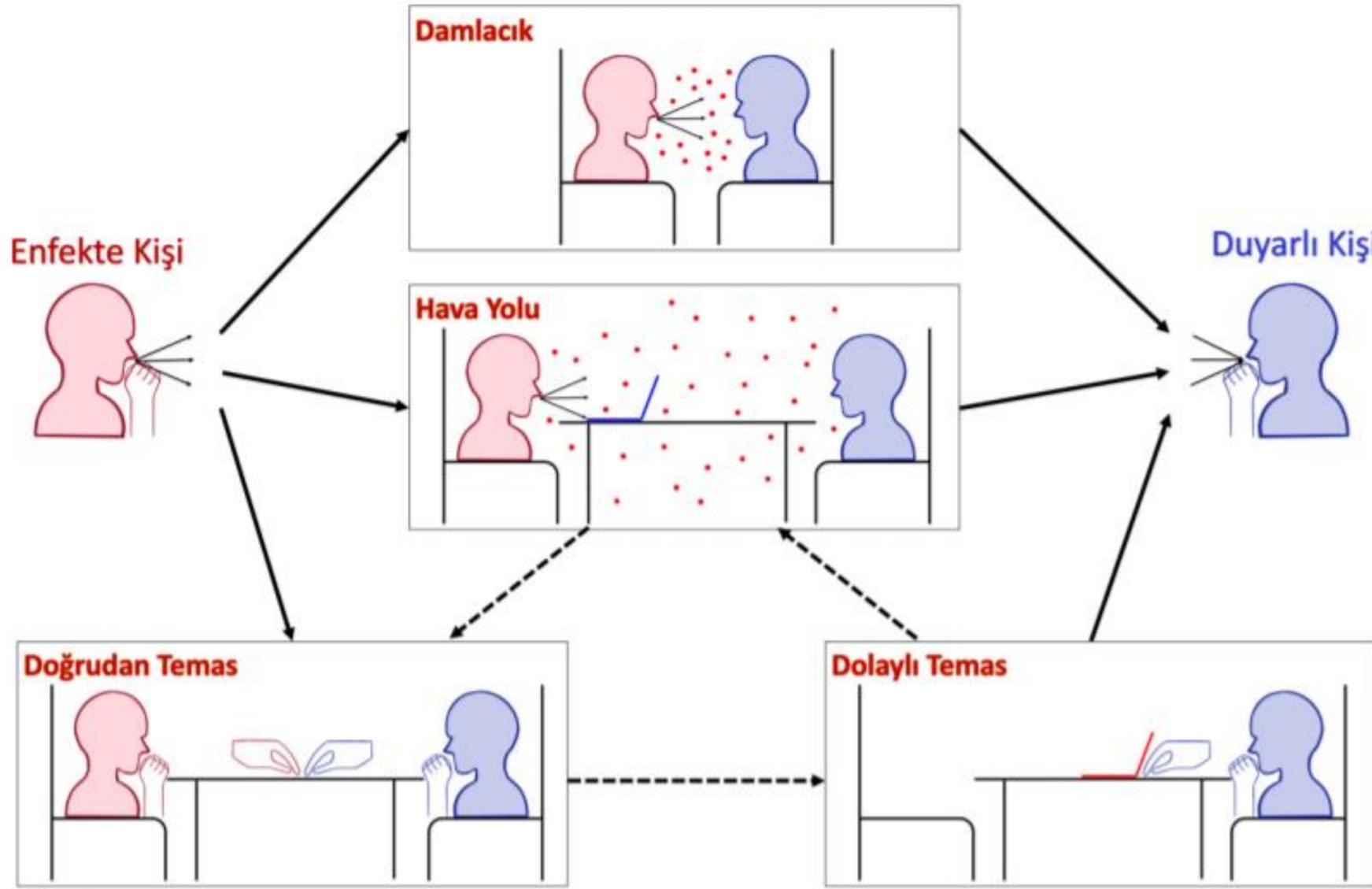
## 4. Ara Kaynakla Bulaşma

(kan, serum, dışkı, gıda maddeleri vb. aracılığı ile)

## 5. Vektörlerle Bulaşma

(sivrisinek, kene vb.)

# Salgın Hastalıkların Yayılımı



Şekil: Virüsler damlacık yolu, hava yolu, doğrudan veya dolaylı temas yolu ile enfekte kişilerden duyarlı kişilere bulaşabilir. (Çizim: A. Berra Okumuş. BMC Infect Dis 19, 101 (2019), Recognition of aerosol transmission of infectious agents: a commentary'den esinlenerek hazırlanmıştır.)

# COVID-19 HASTALIĞI

Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19) Çin'in Wuhan şehrinde ortaya çıkmış ve tüm dünyaya yayılmıştır.

Zoonotik (hayvanlardan insanlara bulaşan) bir hastalık olarak ortaya çıkmış ve sonrasında insandan insana bulaş özelliği kazanmıştır.

Dünya Sağlık Örgütü tarafından **30 Ocak 2020** tarihinde "Uluslararası Halk Sağlığı Acil Durumu" olarak tanımlanmıştır.

Ülkemizde ilk vaka **11 Mart 2020**'de görülmüştür. Bu tarihte Dünya Sağlık Örgütü tarafından "**Pandemi**" yani "**Küresel Salgın**" olarak ilan edilmiştir.

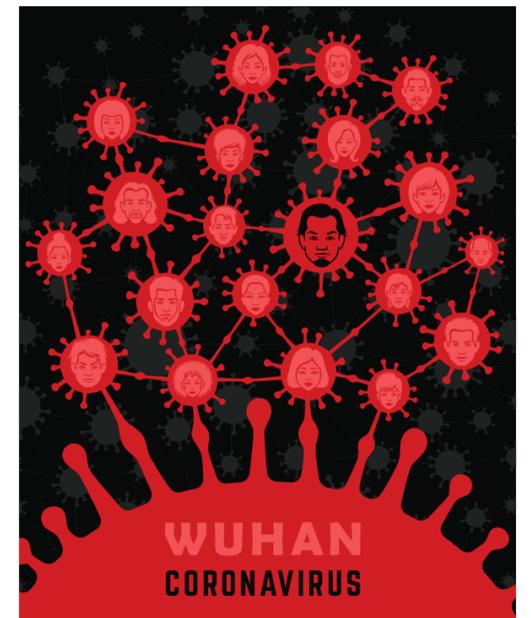
CO: Corona

VI: Virus

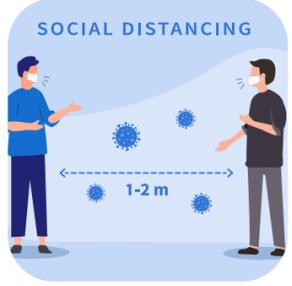
D: Disease

19: 2019

COVID 19: SARS CoV-2'ye bağlı olarak gelişen yeni koronavirüs hastalığına verilen isim



## Hastalık esas olarak hasta bireylerin



**Konuşma, hapşırma, öksürme** ile ortama saçılan solunum salgılarının **damlacık yoluyla alınmasıyla** bulaşmaktadır.



Hastanın **1-2 m yakın çevresindeki** havada bulunan **solunum damlacıklarının duyarlı kişilerin ağız, burun, göz dokularına yerleşmesi** sonucu enfeksiyon gelişir.



Hasta bireylerin öksürme, hapşırma yoluyla ortaya saçıktıkları **damlacıklara temas etmiş duyarlı kişilerin ellerini temizlemeden ağız, burun veya göz dokusuna dokunması** ile de enfeksiyon bulaşmaktadır.



**Semptomsuz kişilerin** solunum yolu salgılarında da virüs tespit edilebildiğinden bu kişiler de **bulaştırıcı olabilmektedir.**

# COVID-19 Hastalığı Belirtileri ve Kuluçka Süresi

En sık görülen belirtiler yüksek ateş, öksürük ve solunum sıkıntısıdır.

Vücut ağrıları, eklem ağrıları, boğaz ağrısı, halsizlik, baş ağrısı, karın ağrısı, ishal, kusma, koku ve tat kaybı görülebilmektedir.



Belirti göstermeyen vakalar da olabilmektedir

Ciddi vakalarda; pnömoni (zatürre), ağır solunum yetmezliği, böbrek yetmezliği ve ölüm gözlenebilir

**İnkübasyon ( kuluçka ) süresi 2- 14 gün arasında değişmekle birlikte ortalama 5-6 gündür.**

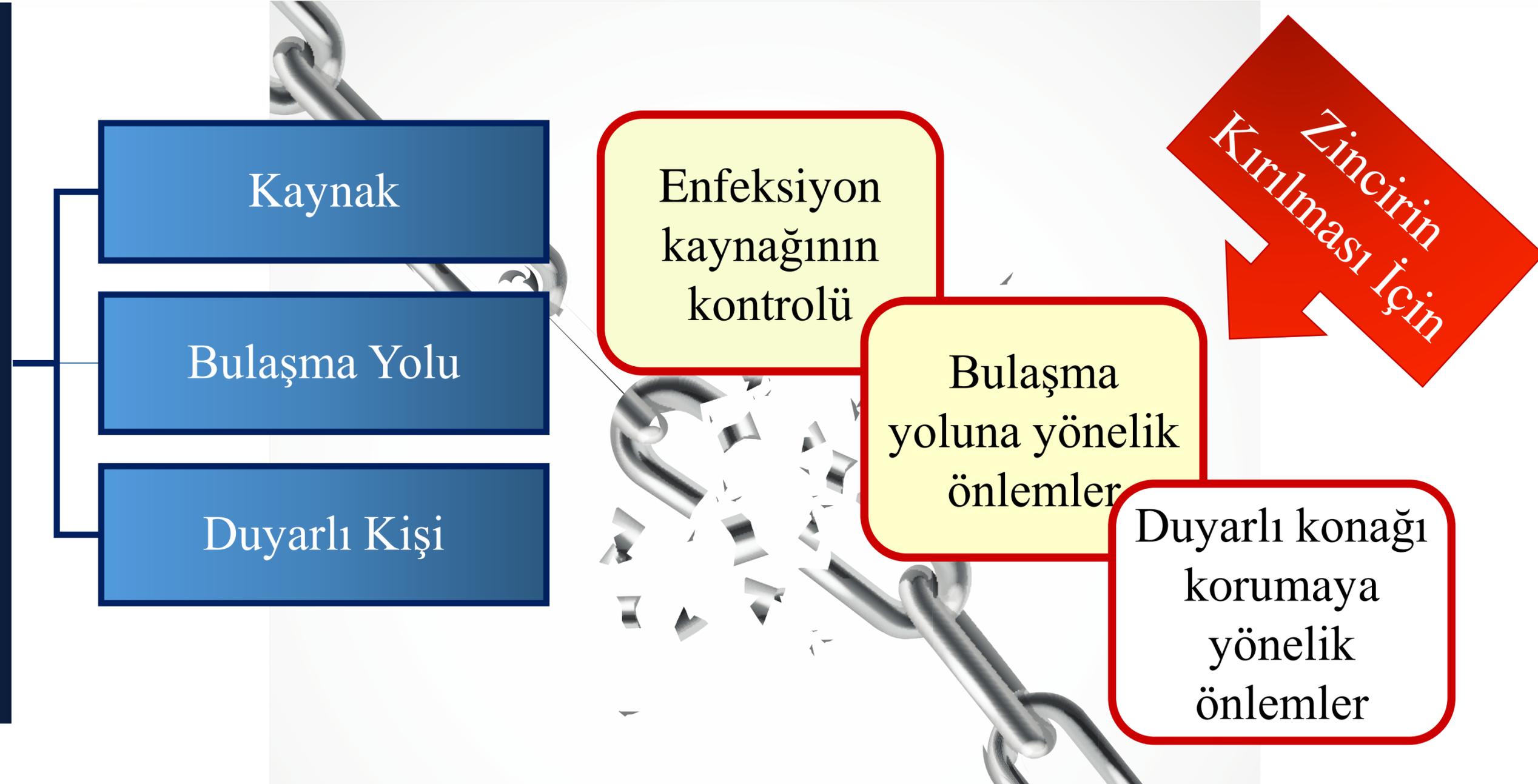
## 2. BULAŞICI HASTALIKLARDAN KORUNMA PRENSİPLERİ VE KORUNMA TEKNİKLERİNİN UYGULANMASI, ENFEKSİYON KONTROL ÖNLEMLERİ



# ENFEKSİYON KONTROL ÖNLEMLERİ



## ENFEKSİYON ZİNCİRİ



Enfeksiyon zinciri açısından değerlendirildiğinde COVID-19 **kaynağında kontrol altına alınamamıştır**. Pandeminin kontrol altına alınmasında şu an için en önemli yol, **bulaş yoluna karşı alınacak önlemler** olarak görünmektedir.

# ENFEKSİYON KONTROL ÖNLEMLERİ



## Bulaşma Yoluna Yönelik Alınacak Önlemler

### Standart Önlemler

Hastalık tanısına ve enfeksiyonu olup olmadığına bakılmaksızın herkese uygulanan önlemlerdir.

**El hijyeni uygulanması**, “gerekli” durumda “gerekli” kişisel koruyucu ekipmanların (**maske, eldiven, önlük vs.**) kullanılması standart uygulanan önlemlerdir.



### Bulaşma Yoluna Yönelik Önlemler

Hastalığın bulaş yolu göz önünde bulundurularak “**temas yoluna yönelik önlemler**”, “**damlacık yoluna yönelik önlemler**” ve “**hava yoluna yönelik önlemler**” olarak sınıflandırılmaktadır.

Bir mikroorganizma birden fazla yol ile bulaşa neden olabileceği için bir etkene yönelik birden fazla izolasyon önlemi alınabilir.

# CORONA VİRÜSTEN KORUNMA YOLLARI

Öksürüğünüzü kapatın veya bir mendile hapşırın, ardından mendili çöp kutusuna atın



Ellerinizi en az 20 sn boyunca sabun ve suyla yıkayın



Sabun ve su yoksa alkol bazlı el dezenfektanı kullanın



Hasta olan insanlar ile yakın temastan kaçının

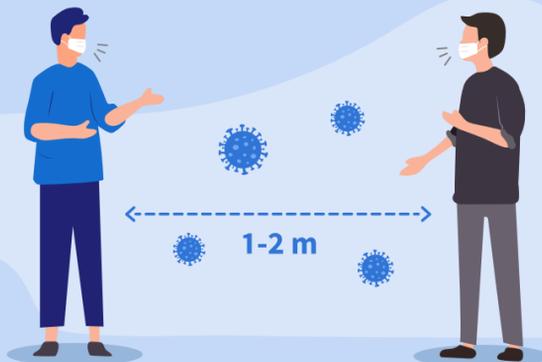


Hastaysanız, hastalığı başkalarına yaymaktan kaçınmak için evde kalın

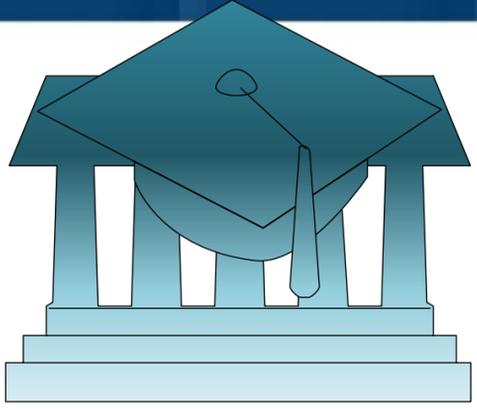


Gözlerinize, burnunuza ve ağızınıza dokunmaktan kaçının

SOCIAL DISTANCING

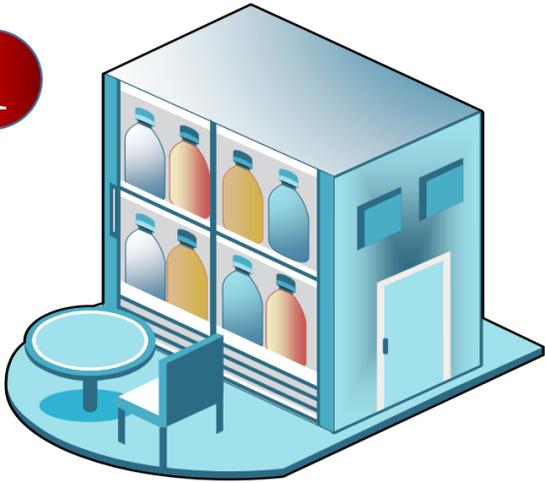


# Kampüs İçinde Enfeksiyon Kontrol Önlemleri



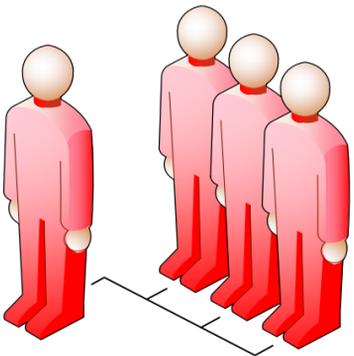
Üniversiteler toplu bulunulan ve uzun zaman geçirilen ortamlar olduğu için gerekli önlemler alınmadığında COVID-19'un yayılması açısından riskli olabilir.

1



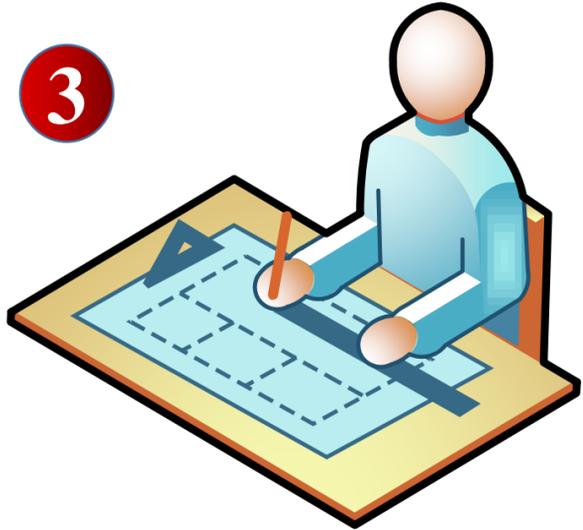
Kampüs içinde derslik, kütüphane, laboratuvarlar, yemekhane, spor tesisleri gibi **ortak kullanım alanları periyodik olarak temizlenmelidir.**

2

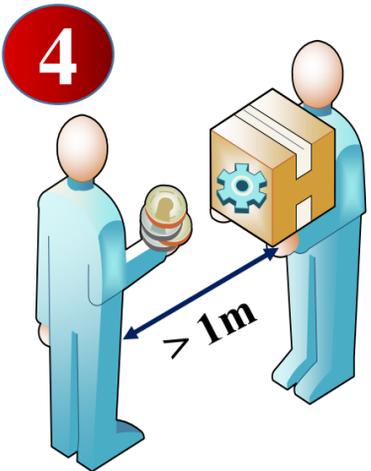
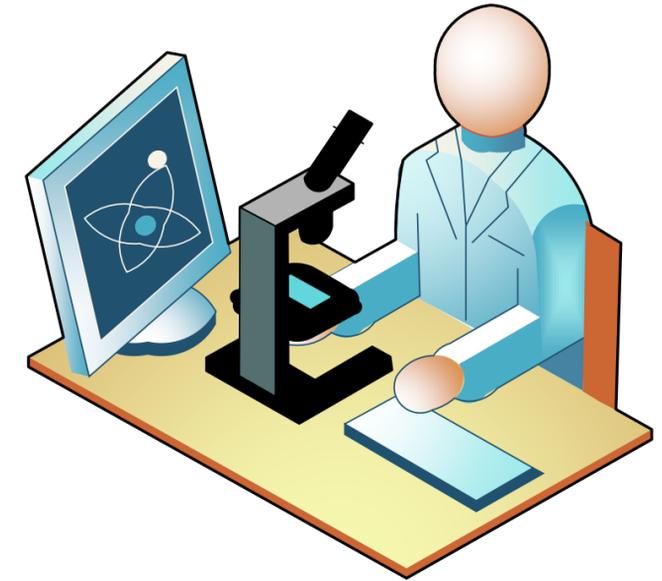


**Ortak kullanılan mekanlarda kişi sayısı azaltılmalıdır;** mekanların kapasitesine ve salgının bölgesel ve yerel seyrine göre **gerekirse toplantılar ve sosyal aktiviteler açık havada veya online** sürdürülmelidir.

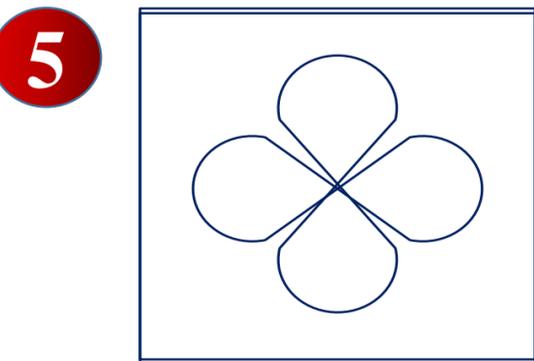
# Kampüs İçinde Enfeksiyon Kontrol Önlemleri



**3** *Mikroskop, bilgisayar ve T-cetveli gibi ortak kullanılan aletler, kullanım bittikten hemen sonra zarflı virüslere etkili, materyal uyumu olan dezenfektanlar ile temizlenmeli ve temiz olarak saklanmalıdır.*



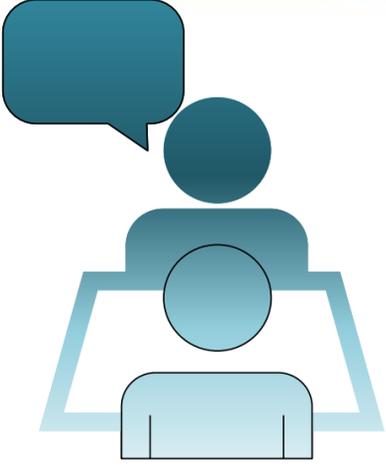
**4** Kişilerin ve *özellikle gençlerin asemptomatik olabileceği düşünülerek, sınıf ve dersliklerde kalabalık grup çalışmalarından kaçınılması, 4 metrekareye bir kişi düşecek şekilde* sınıf ve dersliklerin kapasitesinin belirlenmesi, *oturma düzeninde kişiler arası en az 1 metre mesafenin korunması* gereklidir.



**5** Ortak kullanılan mekanlarda *klima veya vantilatör kullanılmamalı, ortamlar sık havalandırılmalıdır.*

# Kampüs İçinde Enfeksiyon Kontrol Önlemleri

6



Birlikte yapılan aktivitelerde **maske (yakın temasta ayrıca yüz siperliği)** kullanılmalıdır; çalışma saatleri düzenlenmelidir.

7



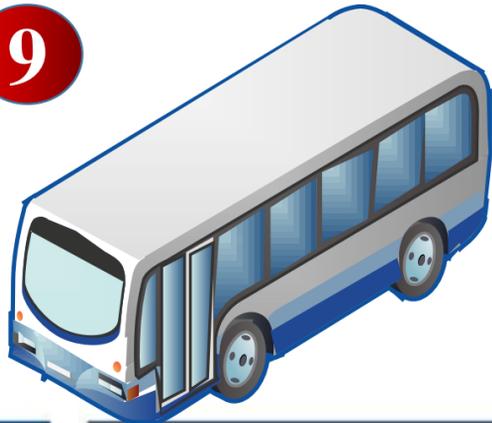
**Kapalı alanlarda sürekli maske kullanımı** sağlanmalıdır.

8



**Tüm personel ve öğrenciler yanlarında el dezenfektanı** bulundurmalıdır.

9



Kampüse gidiş ve gelişlerde **toplu taşıma veya servis otobüsü** kullanımında **maske kullanımı** ile **biniş ve inişlerde el hijyeni** sağlanmalıdır.

# Kampüs İçinde Enfeksiyon Kontrol Önlemleri



10

Yerleşkelerde bulunan her bir birey kişisel korunma önlemlerine uymalıdır. Ayrıca **İTÜ Koronavirüs Koordinasyon Masası** bilgilendirme ve tedbirlerine uyulmalıdır.

The screenshot shows the ITÜ website's 'Haberler' (News) section. The header includes the ITÜ logo, navigation links for 'Anasayfa', 'Covid-19', 'Haberler', 'Video', and 'Künye', and a search bar. The main content area is titled 'Koronavirüs (COVID-19) Bilgilendirmeleri' and features three cards: 'İTÜ Yeni Koronavirüs Tedbirleri', 'Uzaktan Eğitim', and 'Topluma Hizmet / Webinar'. Below the cards, contact information for the ITÜ COVID-19 coordination desk is provided, including email addresses and phone numbers. The footer contains location, phone, and fax details for the Ayazağa Campus, along with the ITÜ logo.

The infographic is titled 'İş yerinizde #COVID19 için alabileceğiniz önlemler' (Measures you can take at your workplace for #COVID19). It features a woman working at a computer and talking on a phone. The text is in Turkish and lists several key measures:

- İş yerlerini **temiz ve hijyenik** tutun
- **Düzenli ve derinlemesine** el yıkamayı teşvik edin
- **İyi solunum hijyenini** destekleyin
- İş seyahatine **çıkmadan önce ulusal seyahat bildirimlerine** göz atın
- Hasta olanlara **evde kalmalarını** söyleyin

The infographic also includes the World Health Organization logo and the hashtag #Koronavirüs.

# BİYOLOJİK VE PSİKOSOSYAL RİSK ETMENLERİ



# Biyolojik ve Psikososyal Risk Etmenleri

**Acil durumlar her zaman streslidir. COVID-19 salgınına**

**özgü spesifik stres faktörleri şunları içerebilir:**

- Enfekte olma ve başkalarına bulaştırma riski; özellikle ***COVID-19'un yayılım özellikleri %100 bilinmediği için stres faktörü olabilir.***
- ***Diğer sağlık sorunlarının (örn. ateş) yaygın semptomları COVID-19 ile karıştırılabilir*** ve enfekte olma korkusuna yol açabilir.
- Bakım verenler, ***çocuklarının uygun bakım ve destek olmadan evde yalnız olmasından (okulların kapanması nedeniyle) giderek daha fazla endişe duyabilirler.***
- Vb.



# İşe Gidip Gelenler İçin

Covid-19 salgını sürecinde işe gidip gelmek **mesafe ve hijyen tedbirleri ile fiziksel ve psikolojik zorlanmaları da beraberinde getirebilir**. Bu zorlanmaları en aza indirmek için;



İşyerinizde COVID-19 salgını ile ilgili alınan tüm önlemlere uyun.



İyi beslenin, uyku düzeninize dikkat edin ve fiziksel sağlığınıza özen gösterin.



İş dışı zamanlarda ve bilgi alma ihtiyacı dışında teknoloji ile ilişkinizi sınırlı tutmaya çalışın.



İş yaşamınız dışındaki ilgi alanlarınızı koruyun.



Ruh sağlığınızla ilgili sorun olduğunuzu düşünüyorsanız destek ve yardım kanallarına başvurun.



Yardım istemekten korkmayın bilgi ve destek hizmetlerine erişin.

# Evden/Uzaktan Çalışanlar İçin



Kendini çalışıyormuş gibi hissetmeme

Geribildirim sorunları;  
performanstan emin olamama hali

Uyku ve beslenme sorunları



İşleri öncelik sırasına koyamamak



Motivasyon sorunları



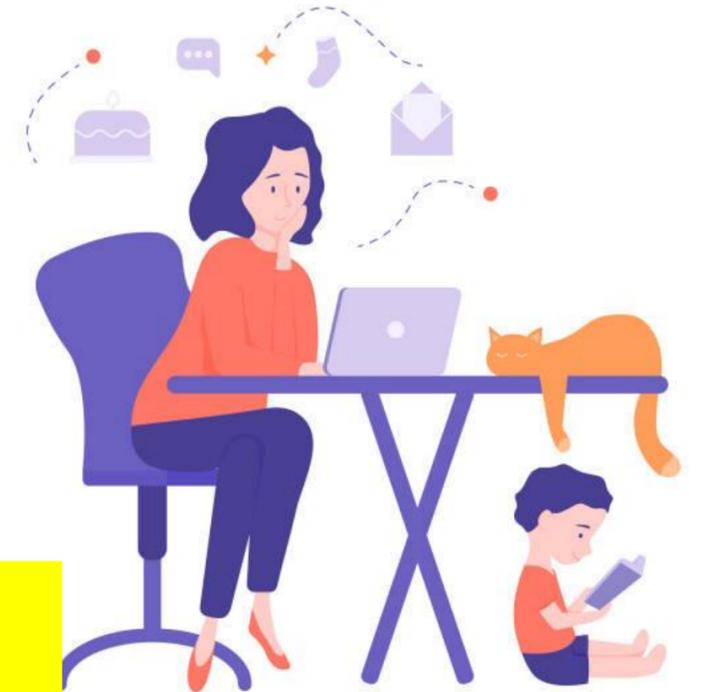
İşten çıkamama, sürekli işi düşünme hali



Profesyonel olarak yalnız ve başkalarından kopuk hissetmek



ISSUES



Unutmayın; çalışma alanı değişmiş olsa bile;  
**“BU GERÇEK BİR İŞ” NELER YAPABİLİRSİNİZ?**

# Evden/Uzaktan Çalışanlar İçin



- İş ve özel yaşam dengesini kurmak *psikolojik ve fiziksel sağlık, üretkenlik ve iş verimliliği* açısından oldukça önemlidir.
- İş ve özel yaşam sınırını oluşturmak için her zamankinden daha fazla çabaya ihtiyaç vardır.



# Evden/Uzaktan Çalışanlar İçin

## COVID-19 döneminde iş ve özel yaşam dengesini kurabilmek için ipuçları:

- Evden çalışma düzeninizi düşünerek gerçekçi bir planlama yapmak önemlidir.
- Daha önceki iş düzeninizi dikkate alarak işlerinizi önceliklendirin.
- Çalışma günleri ve saatlerinizde odaklanmanıza yardımcı olacak bir “**RUTİN**” oluşturun.



# Evden/Uzaktan Çalışanlar İçin “Rutin” Oluşturmak



- **Çalışma saatlerinizi** mümkün olduğunca **tanımlayın**. Çevrimiçi oturumunuzu açtığınızda ve kapattığınızda işinizin günlük rutininin bittiğini unutmayın.
- İşe gitmek için yolda harcadığınız zamanı **günlük sabah egzersizine** ayırabilirsiniz.
- **İş günü kıyafetlerinizi ayırın**, pijama ya da benzeri giysiler iş dışı zamanlarınızda kullanmak üzere hazır olsun.
- İş e-postalarını sık sık kontrol etmeyin, acil olmadıkça hafta içi mesai saatlerinizde yanıtlamayı tercih edin.
- Sosyal medya ve çevrimiçi kanallara ara verebilmek üzerinizde hissettiğiniz “**yetişememe**” baskısını da azaltacaktır

#COVID19 salgını sırasında evde hareketsiz kalmamak için ipuçları

EVĐEN ÇALIŞMAK ÇOK ZOR. SIK SIK AYAĞA KALKMALI VE VÜCUDUMU ESNETMELİYİM...

- 1 Evden çalışırken oturma pozisyonunuzu düzenli olarak kontrol edin.
- 2 Çalışırken, telefonla konuşurken ya da televizyon izlerken oturmak yerine ayakta durmayı tercih edin.

World Health Organization #HareketsizKalma #EvdeSağlığınıKoru



# Evden/Uzaktan Çalışanlar İçin



➤ **Hafta sonu rutinleriniz hafta içi rutinlerinizden farklı olsun.**

➤ Hafta sonları **dinlendirici ve eğlenceli aktiviteler için zaman ayırın.**

➤ Sevdiklerinizle bağlantıda kalmak önemli, çevrimiçi alışkanlıklarınızı sevdiklerinizle zaman geçirmek için kullanabilirsiniz.

➤ Daha üretken olmak, beden ve ruh sağlığınızı korumak için **egzersiz yapmaya iyi beslenmeye ve uyku düzenine** dikkat edin.



# KİŞİSEL HİJYEN



# EL HİJYENİ



STOP  
CORONAVIRUS

El hijyeni gerekli olduğu her durumda ve uygun şekilde uygulanması halinde enfeksiyonların önlenmesinde “**en temel**” ve “**en basit**” yoldur.

## El hijyeni sağlanmadan önce;

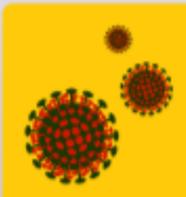
- ✓ Kolların sıvanması,
- ✓ Bilezik, yüzük-saat gibi aksesuarların çıkartılması,

- ✓ Takma tırnakların veya tırnak ürünlerinin çıkartılması gereklidir.



**ELLERİMİZİ YIKAYALIM SAĞLIĞIMIZI KORUYALIM**

T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI

 <p>Yeni Koronavirüs solunum yolu enfeksiyonu yapan bir virüsdür.</p>	 <p>En çok karşılaşılan belirtiler ateş, öksürük ve solunum sıkıntısıdır.</p>	 <p>Korunmak için kalabalıktan olabildiğince uzak durulmalıdır.</p>	 <p>Eller en az 20 saniye süreyle su ve normal sabunla yıkanmalıdır.</p>
 <p>Ellerimizi sırtıp sabunu ellerimizin bütün yüzeylerine dağıtalım.</p>	 <p>Avuçlarımızın içini ve dışını iyice ovalayalım.</p>	 <p>Ellerimizi bol su ile durulayalım.</p>	 <p>Musluğu, ellerimizi kurudadıgımız kağıt havlu ile kapatalım.</p>

**ELLERİMİZİ DOĞRU YIKAYALIM**

# El Hijyeni

## El hijyeninin gerekli olduğu durumlar;

- Yemek hazırlamadan önce ve hazırladıktan sonra
- Yemek yemeden önce ve yedikten sonra
- Tuvalete girmeden önce ve tuvaletten çıktıktan sonra
- Diş, ağız, yüz ve 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 ya da hayvansal atıklarla temas ettikten sonra
- Dışarıdan eve/ ofise gelindiğinde



# El Hijyeni, Su ve Sabun İle

## Ellerimizi Nasıl Yıkamalıyız?

İTÜ



İŞ YERİ SAĞLIK VE  
GÜVENLİK BİRİMİ  
KOORDİNATÖRLÜĞÜ

### El hijyeni neden önemlidir?

Milyonlarca mikrop günlük etkinliklerde eller tarafından alınır. Bunların çoğu zararsızdır, ancak bazıları soğuk algınlığı, grip ve mide rahatsızlıkları gibi hastalıklara neden olur. Kötü el hijyeni, Campylobacter, Kolibasilli, Salmonella, MRSA, Impetigo ve Grib'in yayılmasına yol açabilir. El hijyeni, bu mikropların insanlara ve yüzeylere yayılmasını önlemek ve hastalıkların yayılmasını durdurmak için gereklidir.



### Ne zaman ellerimizi yıkamalıyız?

#### Öncesinde ellerin yıkanması gereken durumlar:

Yemek hazırlamaya ve yemeğe başlamadan.  
Kontakt lenslerin yerleştirilmesi veya çıkarılmasından önce.

#### Sonrasında ellerin yıkanması gereken durumlar:

Çöpleri tuttuğunuzda,  
Pişmemiş yiyeceklere dokunduğunuzda,  
Tuvaleti kullandığınızda,  
Burnunuzu temizlediğinizde, öksürdüğünüz veya hapşirdiğinizde,  
Hasta veya yaralı bir kişiye dokunduğunuzda,  
Hasta ziyaretinden sonra,  
Hayvanlara veya hayvan atıklarına dokunduğunuzda,  
Bebeklerin altlarını değiştirdiğinizde,

### Ellerimizi Nasıl Yıkamalıyız?



1. Su ile ellerinizi ıslatınız ve elinizin tüm yüzeyini kaplayacak yeterli miktarda sabun kullanın.



2. Avuç içlerinizi ovunuz.



3. Elinizin parmak aralarını ve yüzeyini diğer elin parmak araları ve ovuç içiniz ile ovunuz ve tersini yapınız.



4. Avuç içleriniz birbirine bakacak şekilde parmak aralarınızı ovun.



5. Avuç içleriniz birbirine bakacak şekilde parmaklarınızı kenetleyin ve aşağı yukarı oynatarak parmaklarınızı temizleyin.



6. Elinizin başparmağını diğer elinizle dönme hareketi kullanarak ovunuz.



7. Sağ elinizin parmaklarını sol avuç içine koyup tırnak içlerinizle avuç içinizi ovun ve tersini yapın.



8. Ellerinizi suyla durulayın.



9. Ellerinizi kağıt havlu ile kurutun.



10. Ellerinizi kuruladığınız kağıt havlu ile musluğu kapatın ve kağıt havluyu çöp kovasına atın.



20 sn.

# El Hijyeni, El Antiseptiği İle

- Ellere 3-5 ml el antiseptiği alınır
- En az 20-30 saniye süre ile eller ovalanır
- Ellerin içi ve sırtı, parmak araları ve uçları, başparmaklar ve el bilekleri el antiseptiği ile ovulur
- El antiseptiğinin ellerde kurumaması beklenir.



20 sn.



El antiseptikleri alkol gibi yanıcı maddeler içerdiğinden özellikle laboratuvar çalışmalarında eller kurumadan asla yakıcı maddelere yaklaşılmamalıdır.



# SALGIN HASTALIKLARA KARŞI KİŞİSEL KORUYUCU EKİPMANLAR/DONANIMLAR



# KİŞİSEL KORUYUCU MALZEMELER

## COVID 19 KORUYUCU EKİPMANLAR



Maske



Eldiven



Önlük



Gözlük /  
Siperlik



Sıvı sabun



El  
antiseptiği



# MASKELER

Yayınlanmış çok sayıda çalışmada maskenin COVID-19 için koruyucu olduğu gösterilmiştir.

Maske kişiye özeldir, kişiler sadece kendi maskesini kullanmalıdır.

Tek kullanımlık cerrahi maske veya yıkanabilir bez maske kullanımı önerilmektedir.

Tek çalışılan ofislerde ya da bahçede açık havada yakın çevrede kimse yokken kişiler maskelerini çıkarabilir.



# Maskeler

- Maskenin *burun, ağız ve çeneyi tam olarak kapatması* ve maskenin *yüzün yan kısımlarına tam temas etmesi* gerekir.
- Maske *“doğru” kullanılmadığı zaman koruyucu özelliği tam olmaz.*
- Maskenin ağız ve burnu kapatan ön kısmına dokunulmamalı, dokunuldu ise el hijyeni sağlanmalıdır.

Maske takmak, *“fiziki mesafe”, “elin ağız, burun ya da göze dokunmaması”* kurallarına uymanın yerini tutmaz.

**Maske kullanımı ile birlikte mesafe ve hijyen tedbirlerine de uymalıyız.**



# Göz Koruyucu/Yüz Koruyucu Siperlik

- 15 dakikadan uzun süre kapalı ortamda (bilgisayar laboratuvarı vb.) başkalarıyla bire bir / yüz yüze çalışması gereken kişiler ya da **atıkları toplayan ve temizlik yapan kişilerin**, güvenlik personelinin maske üzerine gözlük ya da yüz koruyucu da kullanması sağlanmalıdır.



- Maske takılmasına engel durumda siperlik tek olarak kullanılabilir de, **maske için alternatif değildir.**



# Göz Koruyucu/Yüz Koruyucu Siperlik

➤ Kullanılan yüz koruyucu veya gözlük ile maske arasında uyum olmalıdır. *Siperlik yüzün şekline uygun ve olabildiğince yüzün yan kısımlarını da koruyacak özellikte* olmalıdır.

➤ Yüz koruyucu ve gözlük, kullanım süresi sonunda veya kirlendiğinde *sabunlu su ile yıkanarak veya % 70'lik alkol ile silinerek tekrar kullanılabilir.*

➤ Kişisel koruyucu ekipmanların giyilmesi ve çıkartılması sonrasında her seferinde *uygun el hijyeni sağlanmalıdır.*



# Eldiven

- *Yapılan iş, eldiven kullanımını gerektirmiyorsa, COVID-19'dan korunmak amacıyla eldiven kullanılmamalıdır.*
- Üniversitelerde kantin, yemekhane vb. yerlerde çalışanlar yiyecek hazırlık ve sunumunda tek kullanımlık eldiven kullanmalıdır.
- Benzer şekilde, çöp, kullanılmış maske, yiyecek atıkların toplanmasında da eldiven kullanılmalıdır.
- Eldivenin, el temizliği yerine geçmediği unutulmamalıdır.
- Eldiven kullanılırken eldiven kontamine yani kirli kabul edilmeli, yüze (ağız, göz ve buruna) dokunulmamalı, çıkarıldığında hijyeni sağlanmalıdır.



# Personel İş Kıyafetleri

- Üniversite ortamında *temizlik yapanlar, yemek hazırlayan ve sunanlar, taşıma işi yapanlar ve güvenlik görevlilerinin yaptıkları işe göre özel iş kıyafeti kullanması gerekebilir.*
- İş kıyafetleri kişiye özel olmalı ve işe geliş ve gidişlerde özel bir odada değiştirilmelidir.
- Personel iş kıyafetleri çıkarıldığında katlanarak, çırpma ve silkeleme yapılmaksızın, toz ve partikül oluşumuna izin vermeyecek şekilde muhafaza edilmelidir.
- Gerektiğinde uygun deterjan ile uygun derecede çamaşır makinesinde yıkanmalıdır.
- Kullanılmış iş kıyafetleri torba içine konularak taşınmalıdır.



# Personel İş Kıyafetleri

İş kıyafetleri giyilmeden önce ve çıkarıldıktan sonra eller su ve sabun ile en az 20 saniye boyunca ovularak yıkanmalı veya el antiseptiği uygulanmalıdır.

İş ortamında kullanılan kıyafetler ile ortak alanlarda gezilmemesi, eve bu kıyafetler ile gidilmemesi gerekir.

Bu nedenle kurum içinde bu kişiler için soyunma odaları ve mümkünse dolaplar ve duş imkanı sağlanmalıdır.

Kişisel koruyucu ekipmanların takılması ve çıkarılması sırasında aktif bir şekilde yardım edilmesi kontaminasyon riskini arttıracığından kişilerin bu işleri mümkünse kendi başlarına yapmaları gerekir.

# KİŞİSEL KORUYUCU DONANIMLARIN KULLANIMI VE ATIKLARININ KONTROLÜ



# KİŞİSEL KORUYUCU EKİPMANLARIN KULLANIMI



Kişisel koruyucu ekipmanları giyip çıkarırken takip edilecek sıra :



# Maske Kullanımı

## TIBBİ MASKELER NASIL KULLANILIR?

who.int/epi-win

### BUNLARI YAPIN



Maskeye dokunmadan önce ellerinizi yıkayın



Yırtık ya da kire karşı maskeyi kontrol edin



Metal parçanın veya sert kenarın bulunduğu üst tarafı tespit edin



Renkli tarafın dışa dönük olduğundan emin olun



Metal parçayı veya sert kenarı burnunuza yerleştirin



Maskenin ağızınızı, burnunuzu ve çenenizi kapattığından emin olun



Maskeyi yanlarda boşluk bırakmayacak şekilde çenenize yerleştirin



Maskeye dokunmaktan kaçınin



Maskeyi kulakların veya başın arkasındaki iplerden tutarak çıkarın



Maskeyi çıkarırken kendinizden ve yüzeylerden uzak tutun



Maskeyi kullandıktan hemen sonra tercihen kapaklı bir çöp kutusuna atın



Maskeyi attıktan sonra ellerinizi yıkayın

### BUNLARI YAPMAYIN



Yırtık ve nemli maskeleri kullanmayın



Maskeyi yalnızca ağız veya burun üzerine takmayın



Maskeyi gevşek duracak şekilde takmayın



Maskenin ön yüzüne dokunmayın



Konuşmak veya maskeye dokunmayı gerektiren başka şeyler yapmak için maskeyi çıkarmayın



Kullanılmış maskeleri başkalarının erişebileceği yerlerde bırakmayın



Maskeleri tekrar kullanmayın

Maske kullanımının tek başına COVID-19'a karşı koruma sağlayamayacağını unutmayın. Maske takarken bile çevrenizdeki insanlarla aranızda en az 1 metre mesafe bırakın ve ellerinizi sık sık ve iyice yıkayın.

EPI-WiN World Health Organization

## TIBBİ OLMAYAN KUMAŞ MASKELER NASIL KULLANILIR?

who.int/epi-win

### BUNLARI YAPIN



Maskeye dokunmadan önce ellerinizi yıkayın



Yırtık ya da kir ihtimaline karşı maskeyi kontrol edin



Maskeyi yanlarda boşluk bırakmayacak şekilde çenenize yerleştirin



Maskenin ağızınızı, burnunuzu ve çenenizi kapattığından emin olun



Maskeye dokunmaktan kaçınin



Maskeyi çıkarmadan önce ellerinizi temizleyin



Maskeyi kulakların veya başın arkasındaki iplerden tutarak çıkarın



Maskeyi çıkardıktan sonra yüzünüzden uzakta tutun



Maskeyi, kirliliği veya ıslaklığı değilse ve yeniden kullanmayı planlıyorsanız temiz, plastik ve kilitli bir poşette saklayın.



Maskeyi poşetten çıkarırken mutlaka iplerinden tutun



Maskeyi günde en az bir kez, tercihen sıcak su ile, sabun veya deterjanla yıkayın.



Maskeyi çıkardıktan sonra ellerinizi yıkayın

### BUNLARI YAPMAYIN



Maskede yırtık varsa kesinlikle kullanmayın



Maskeyi gevşek duracak şekilde takmayın



Maske takarken burnunuzu dışarıda bırakmayın



1 metre yakınızdaki insanların bulunduğu yerlerde maskenizi çıkarmayın



Nefes almanızı zorlaştıran maskeleri kullanmayın



Kirli ya da ıslak maskeleri kullanmayın



Maskenizi başkalarıyla paylaşmayın

Kumaş maskeler çevrenizdeki diğer insanları virüsten korur. Kendinizi COVID-19'dan korumak ve virüsün yayılmasını önlemek için, diğer insanlarla aranızda en az 1 metre mesafe koymayı, ellerinizi sık sık ve derinlemesine yıkamayı, yüzünüze ve maskenize dokunmaktan kaçınmayı unutmayın.

World Health Organization

# Covid-19 Pandemi Sürecinde Atık Yönetimi



**COVID-19 PANDEMİSİNDE ATIK YÖNETİMİ**  
COVID-19 hastasının atıkları ile hastalık bulaşmasını gösteren bir kanıt yoktur.

**01** Hastane ortamında olası ve kesin COVID-19 hastasına ait atıklar enfeksiyöz atık olarak kabul edilerek **tıbbi atık kutusuna atılır.**

**02** Evde hasta takibi kapsamında izlenen olası ve kesin COVID-19 hastalarının atıkları gerekli koruyucu önlemler alınarak ayrı toplanıp, çift torba içinde muhafaza edilerek **evsel atık torbasına atılmalıdır.**

**03** Toplu yaşam alanlarında (yurt vb.) 14 gün gözlem altında tutulan temaslılara (olası ve kesin COVID-19 vakalarının temaslıları, hastalığın yaygın görüldüğü bir ülkeden ya da ilden gelenler) ait atıklar **evsel atık torbasına atılmalıdır.**

**04** Toplumda korunma amaçlı kullanılan tek kullanımlık maskeler ve eldivenler **evsel atık torbasına atılmalıdır.**

**05** DSÖ, CDC ve ECDC gibi önemli sağlık kuruluşlarının rehberlerinde COVID-19 hastasına ait atıkların hastane ve diğer sağlık kuruluşları da dahil olmak üzere herhangi bir bekleme süresinden sonra atılmasına ait bir bilgi bulunmamaktadır.

T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI | saglik.gov.tr | /SaglikBakanligi



# SALGIN HASTALIKLARDAN KORUNMA TEDBİRLERİNE UYUM VE GERİ BİLDİRİM

**SABİM** Sağlık Bakanlığı İletişim Merkezi



[Yeni Kullanıcı Başvurusu](#)



İSTANBUL TEKNİK ÜNİVERSİTESİ

İTÜ COVID-19 Koordinasyon Masası  
Tedbir ve Bilgilendirme Formu

# Salgın Hastalıklardan Korunma Tedbirlerine Uyum ve Geri Bildirim



T.C. Sağlık Bakanlığı'nın, T.C Aile Çalışma ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'nın ve İstanbul Valiliği Umumi Hıfzıssıhha Kararları doğrultusunda, İTÜ COVID-19 Koordinasyon Masası İTÜ Kampüslerimizde alınan ve uygulanması gereken tedbirleri tüm paydaşları ile paylaşmaktadır.

Uyulması gereken tedbirlerin kontrolü ve denetimi Birim yöneticileri tarafından yapılmaktadır.

**İTÜ**

**İTÜ COVID-19 KOORDİNASYON MASASI TEDBİR ve BİLGİLENDİRME FORMU**

Birim Sorumlusunun Bilgileri			
Adı Soyadı		Tarih	... / ... / 2020
Cep Telefonu		Saat	
Görevli Olduğu Birim ve Bina Bilgisi			

COVID 19 Enfeksiyonlu Bireyin Bilgileri			
Adı Soyadı		İkamet Adresi	
Cep Telefonu			
Tedavi Şekli	<input type="checkbox"/> Hastanede Tedavi	<input type="checkbox"/> Evde Tedavi	<input type="checkbox"/> Evde Karantina
	<input type="checkbox"/> Temas Sebebi ile Karantina	<input type="checkbox"/> Kronik Hastalık Sebebi ile Karantina	

**COVID-19 Vakası durumunda aşağıdaki adımları izleyiniz ve gerçekleştirilenleri işaretleyiniz.**

- Bireyin durumu hakkında İTÜ COVID-19 Koordinasyon Masasına bilgi verildi.
- Bireyin durumu hakkında SABİM (T.C. Sağlık Bakanlığı İletişim Merkezi), ALO 184'e bilgi verildi.
- Bireyin bulunduğu mekan ve olası yayılım alanları izole edildi ve dezenfekte ettirildi.
- Birey ile yakın temasta veya temasta çalışan personel bilgileri listelendi.

	Adı, Soyadı	Cep Telefonu	Ev Adresi
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

**Not:** İşyerindeki teması kişi sayısı daha fazla ise satır ekleyiniz

- Birey ile yakın temasta veya temasta olan kişiler bilgilendirildi. Kendilerini izole etmeleri ve test yaptırmaları şartı ile evlerine gönderildi. Gelişmeler hakkında Birim Yöneticisine bilgi vermeleri gerektiği söylendi.
- (Varsa) Bireyin servis kullanım durumu İTÜ COVID-19 Koordinasyon Masasına bildirildi.
- (Varsa) Bireyin lojman kullanım bilgileri İTÜ COVID-19 Koordinasyon Masasına bildirildi.
- Bireyin tedavi süreci ve sonucuna ilişkin sağlık raporunu Birim Yöneticisine göndermesi gerektiği söylendi.
- Tedavisi biten veya karantina süreci tamamlanan bireyin, işe dönüş işlemleri için T.C. Sağlık Bakanlığı'nın bilgilendirmesi ve yönlendirmesi dikkate alınarak işe dönüş bilgileri İTÜ COVID-19 Koordinasyon Masasına bildirildi.

İTÜ COVID-19 Koordinasyon Masası Form No:092020/1 Tedbir Politikaları Duyuru No:11 <https://haberler.itu.edu.tr/covid19>

# Salgın Hastalıklardan Korunma Tedbirlerine Uyum ve Geri Bildirim



Öğrencilerimiz, akademik ve idari personelimizin, ziyaretçilerimizin ve diğer tüm paydaşlarımızın İTÜ COVID-19 Normalleşme Planına ve İTÜ Koronavirüs (COVID-19) Bilgilendirmelerine uyması gerekmektedir.

İTÜ | Haberler Anasayfa Covid-19 Haberler Video Kıtaye

## Koronavirüs (COVID-19) Bilgilendirmeleri

[Click here for English](#)



ITÜ Yeni Koronavirüs Tedbirleri



Uzaktan Eğitim



Topluma Hizmet / Webinar



Ar-Ge Faaliyetleri



Üretim



Klinik Araştırmalar



İTÜ'den Koronavirüs Haberleri



COVID-19 Bilgi Dokümanları



Sıkça Sorulan Sorular

Koronavirüs tedbirleri için kurulmuş olan İTÜ Koordinasyon Masası telefonlar ve e-posta üzerinden 7/24 hizmet vermeye devam etmektedir.

koronavirus@itu.edu.tr  
csvid19@itu.edu.tr  
(0530) 108 31 60  
(0212) 285 34 89  
(0212) 285 70 50

İTÜ Ayazağa Kampüsü  
Rektörlük Binası Maslak-Sarıyer / İstanbul

İTÜ Ayazağa Kampüsü Telefon  
0212 285 30 30 (40 Hatt)

İTÜ Ayazağa Kampüsü Fax  
0212 285 29 10

İTÜ

# KAYNAKLAR

1. <https://covid19.saglik.gov.tr/>
2. <https://ailevecalisma.gov.tr/covid19>
3. <https://covid19.yok.gov.tr/Sayfalar/HaberDuyuru/tse-ile-is-birligi-protokolu-imzalandi.aspx>
4. <https://www.euro.who.int/en/countries/turkey>
5. <https://haberler.itu.edu.tr/covid19>

# İTÜ



**İTÜ Ailesi olarak, Covid-19 Pandemi Sürecinde Büyük Bir Özveri ve Gayretle Gecesini Gündüzüne Katıp, Görevlerini Büyük Bir Fedakârlıkla Yerine Getiren Sağlık Çalışanlarımıza**

## **Minnettarız.**