



# Korona Virüsü Hakkında Bilgi Rehberi

Davranışlarınıza dikkat ederek  
kendi güvenliğinizi artırabilirsiniz:

1. Ellerinizi su ve sabunla daha sık ve iyice yıkayınız.
2. Tokalaşmaktan, kucaklaşmaktan ve öpüşmekten kaçınınız.
3. Doğru biçimde öksürme ve hapşırmaya dikkat ediniz  
(Tek kullanımlık mendillerden kullanınız, kolunuzun içine  
doğru öksürünüz ve hapşırmınız).
4. Yıkanmamış ellerle yüzünüze dokunmayınız.
5. Kapalı alanları sık sık havalandırınız.
6. Büyük insan topluluklarından kaçınınız.
7. Kendinizde COVID-19 belirtilerini fark ederseniz,  
(Arka sayfaya bakınız), şu numarayı arayınız: 116 117.
8. Bir COVID-19 hastasıyla temasınız olduğu takdirde,  
hemen sağlık müdürlüğünü arayınız.

Bu tedbirlerle sadece kendinizi değil, yaşlı ve kronik hasta vatandaşları da korumuş olacaksınız.

Şu anda koronavirüs SARS-CoV-2 (COVID-19 da deniliyor) bütün dünyada yayılmakta. Güncel risk bölgelerinin listesi Robert Koch Enstitüsü'nün sayfalarında (RKI) mevcuttur.

Risk bölgeleriyle ilgili internet sitesini açmak için lütfen cep telefonunuzun fotoğraf işlevini kullanınız.



<https://q.bayern.de/coronavirusrki>

Yeni koronavirüs SARS-CoV-2 hastalığı çoğu vakada gribal enfeksiyon şeklinde ilerler ve nezle veya gerçek bir gripten (influenza) klinik olarak bir fark göstermez.

## Korona virüsü belirtileri nelerdir?

Ateş, kas ağrısı, öksürük, nezle veya ishal gibi **belirtileriniz** var mı?

### **VE**

son 14 günde koronavirüsü risk bölgelerden birinde (<https://q.bayern.de/coronavirusrki>) bulundunuz mu?

### **VEYA**

son 14 günde **koronavirüsü bulaştığı teyit edilmiş** biriyle temasınız oldu mu?

Belirtilen kriterler size uyuyorsa, şu önlemleri almanız gerekir:

- Lütfen diğer insanlarla gerekli olmayan bütün temaslarınızı kesiniz ve evde kalınız.
- Bir an önce aile hekiminizi veya **şu numaradan nöbetçi hekimleri** arayınız:

**116 117.**

Aile hekiminiz veya nöbetçi hekim size nasıl davranmanız gerektiğini ve bir sonraki adımı açıklayacaktır.

## Belirtileriniz yok, ama son 14 günde korona virüsü bulaştığı teyit edilmiş biriyle temasta mı bulundunuz?

O zaman lütfen **her durumda hemen** ek olarak ilgili sağlık müdürlüğünü arayınız.