

Yeni Koronavirüsü (COVID-19)

Yeni Koronavirüsü çok dikkat çekmektedir. Koronavirüsü hastalığı normalde sadece hafif belirtiler göstermektedir. Bazı kişiler, özellikle ileri yaşta veya eşlik eden hastalığı olanlar çok hastalanabilirler. Bu nedenle hastalığın halk arasında yayılmasını yavaşlatmak için herkesin yardım etmesi hayati önem taşımaktadır.

Hastalık size bulaşmışsa, belirtilerin baş göstermesi 0 ile 14 gün alabilir. Bu süre genellikle 5 ile 6 gün almaktadır. İnsanların hastalığı başkalarına bulaştırma ihtimali, belirtileri gösterdikleri dönemlerde en yüksektir. Yüksek ates, öksürük, nefes alma zorluğu en çok rastlanılan belirtilerdir. Bazı kişilerde zatürre, nefes alma zorluğu veya başka ciddi hastalıklara yol açabilmektedir.

Bulaşmayı önlemek için öneriler:

Mesafenizi koruyun!

- Kendinizi hasta hissediyorsanız evde kalın.
- Size eve kalmanız söylendiği takdirde evde kalın (karantina veya izolasyon).
- Eğer mümkünse, kendiniz ve diğer insanlar arasına en az bir metre mesafe koyun.

El hijyenine çok dikkat edin!

- Ellerinizi sık sık ve güzelce yıkayın:
 - Başka insanların yanında bulduysanız
 - Tuvalete gittiyseniz
 - öksürdüyseniz, hapşırdıysanız veya burnunuzu sildiyseniz
 - yemek yapmadan veya yemek yemeden önce.
- Su veya sabun bulamıyorsanız dezenfektan kullanın.

Solunum hijyenine çok dikkat edin!

- Başka insanların üzerine öksürmekten veya hapşırmaktan kaçının.
- Kağıt mendilin içine öksürün ve sonra mendili atın. Sonrasında ellerinizi yıkayın!
- Yanınızda kağıt mendil yoksa, kolunuzun dirsek içine öksürün.

Hastalığın size bulaştığını düşünüyorsanız:

- Hastalığın size bulaştığından şüpheleniyorsanız evde kalmak zorundasınız.

Generell informasjon om Korona

Språk: Tyrkisk/ Türkçe

Opprettet: 03/2020 Oppdatert:



Norwegian Institute of Public Health

- Tıbbi yardıma ihtiyacınız varsa öncelikle aile doktorunuzla telefonla temasa geçmeye çalışın. Bu mümkün değilse, telefonla acil sağlık hizmetini 116 117 numarasından arayabilirsiniz.

Son gelişmeleri takip edin!

- Yetkililer, Norveç'te yaşayan veya bulunan herkesin, corona virüsü hakkında verilen önemli bilgi ve önerileri www.fhi.no ve www.helsenorge.no sitelerinden takip etmesini istemektedir. Bu öneriler düzenli olarak güncellenmektedir. Bilgiler, hem Norveççe hem de İngilizce olarak mevcuttur. Herhangi birşeyi anlamakta zorlanırsanız tanıdığınız kişilerden yardım isteyin.