



Covit-19 Enfeksiyonundan Korunmak İçin Uyulması Gereken Kurallar

Hemodiyaliz Hastaları

Koronavirüs enfeksiyonu esas olarak kişiden kişiye damlacık yolu ile bulaşır. Ayrıca hasta kişilerin öksürme, hapşıрма yoluyla etrafa saçtıkları damlacıklara diğer kişilerin elleri ile temas etmesi ve sonrasında ellerini ağız, burun veya gözlerine sürmesi ile de bulaş olmaktadır. Enfeksiyonun sık görülen belirtileri ateş, yorgunluk, iştahsızlık, kas ağrıları, kuru öksürük, nefes darlığıdır. Ayrıca baş ağrısı, sırt ve eklem ağrısı, ishal, koku ve tat alamama da görülebilir. Daha ciddi olgularda pnömoni ve çoklu organ yetmezliği gelişebilir. Koronavirüs enfeksiyonu özellikle yaşlıları ve ciddi kronik hastalığı (kalp ve damar hastalığı, şeker hastalığı, kronik böbrek hastalığı, kronik akciğer hastalıkları, kronik karaciğer hastalığı, kanser gibi) olanları daha fazla etkilemektedir. Bu bakımdan hemodiyaliz hastaları yüksek risk altındadır. Enfeksiyondan korunmak için aşağıdaki önlemleri almanız çok önemlidir.

- 1- Diyaliz dışı günlerde evde kalın, zorunlu olmadıkça dışarı çıkmayın, kalabalık ortamlarda bulunmayın.
- 2- Gerekli olmadıkça seyahat etmekten kaçın.
- 3- Öksürürken veya hapşırdığınızda ağızınızı ve burnunuzu bir mendil ile kapatın ve ardından mendili çöp kutusuna atın. Mendiliniz yoksa ellerinize değil, kolunuza öksürün veya hapşırın.
- 4- Özellikle tuvalete gittikten sonra, yemekten önce ve sümküydükten, öksürdükten veya hapşırdıktan sonra olmak üzere ellerinizi sık sık en az 20 saniye boyunca sabun ve su ile yıkayın. Sabun ve su yoksa alkolü el dezenfektanı kullanın.
- 5- Yüzünüze, özellikle gözlerinize, burnunuza ve ağızınıza yıkanmamış ellerle dokunmaktan kaçın.
- 6- Halka açık yerlerde asansör düğmeleri, kapı kolları, korkuluklar gibi sık dokunulan yüzeylere dokunmaktan kaçın. Dokunmanız gerekiyorsa, elinizi ve parmağınızı kağıt mendille örtün.
- 7- Evinizi ve kapı kollarını, lamba anahtarları, masalar, musluklar, lavabolar, tuvaletler ve cep telefonları gibi sık dokunulan yüzeyleri çok sık temizleyin.
- 8- Tokalaşmak, kucaklaşmak ve öpüşmekten kaçın.
- 9- Hasta kişilerle yakın temastan kaçın.
- 10- Toplu taşıma araçlarına binmekten kaçın. Diyaliz merkezine gidiş gelişlerinizde mümkünse bireysel ulaşım aracı kullanın eğer diyaliz merkezinin

servis aracını kullanıyorsanız ulaşım sırasında maske takın ve ellerinizi alkollü dezenfektan ile temizleyin.

- 11-** Evden çıkmanız gerekiyorsa maskesiz kesinlikle çıkmayın.
- 12-** Diyaliz merkezinde bekleme salonunda alkollü dezenfektanları kullanın. Diyaliz öncesi ellerinizi ve fistüllü kolunuzu yıkayın.
- 13-** Diyaliz seansı boyunca hiçbir koşulda maskenizi çıkarmayın
- 14-** Kendinizi kötü hissediyorsanız veya ateş, öksürük, boğaz ağrısı, vücut ağrıları, baş ağrısı, titreme gibi belirtileriniz varsa evde kalın ve diyaliz merkezimize iyi olmadığınızı bildirin.
- 15-** Enfekte olma olasılığı yüksek veya daha sonra koronavirüs testi pozitif çıkan kişilerle temasınız olduysa, derhal diyaliz merkezinizle iletişime geçin. Enfeksiyona ait herhangi bir belirtiniz yoksa merkeze gidene kadar ve diyaliz seansı boyunca maske takın. Ancak ateş veya solunum yolu enfeksiyonunu düşündüren belirtiniz varsa diyaliz merkezindeki doktorunuzun talimatlarına göre hareket edin.
- 16-** Marketler, eczaneler gibi enfeksiyon riskini artırabilecek kalabalık ortamlardan kaçının.
- 17-** Herhangi bir şikayetiniz olursa diyaliz merkezinizle iletişim halinde olun.
- 18-** Aşı olmadıysanız olun veya önerilen ek dozları mutlaka yaptırın.