

COVID-19 PANDEMİSİ ÖZEL

COVID-19 Pandemi Döneminde EDTNA-ERCA'nın Eğitim Destek Materyalleri

The Educational Support Materials of EDTNA-ERCA in the COVID-19 Pandemic Period

Mukadder MOLLAOĞLU^{1,2}

¹Prof. Dr., Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Hemşirelik Bölümü, İç Hastalıkları Hemşireliği AD, Sivas, Türkiye.

²EDTNA-ERCA Ülke Temsilcisi

Geliş Tarihi: 29 Mayıs 2020

Kabul Tarihi: 31 Mayıs 2020

İletişim / Correspondence:

Mukadder MOLLAOĞLU

E-posta:

mollaoglumukadder@gmail.com

Özet

COVID-19 Pandemi sürecinde Avrupa Diyaliz ve Transplant Hemşireleri Derneği / Avrupa Renal Bakım Derneği (EDTNA-ERCA), nefroloji alanında çalışan sağlık çalışanlarını bilgilendirmek, farkındalık yaratmak, önlem almak ve böylece salgını kontrol altında tutarak nitelikli hasta bakımını sürdürmek amacıyla eğitimsel çalışmalarını aralıksız olarak sürdürmüştür; nefroloji hemşirelerinin kendilerini ve hastaları korumak ve nitelikli bakımı sürdürmeleri yönünde araştırmalar, makaleler, posterler, afiş ve broşür gibi eğitimsel materyaller yayımlamıştır. Bu bağlamda çalışmada, Türk Nefroloji Diyaliz Transplantasyon Hemşireleri Derneği (TNDTD) ve EDTNA/ERCA işbirliği ile nefroloji alanında hizmet veren sağlık çalışanları ve kronik böbrek yetmezliği olan hastaları COVID-19 enfeksiyonundan korumak için EDTNA/ERCA web sitesinde yer alan bazı eğitim materyelinin Türkçe çevirisi yer almaktadır.

Anahtar sözcükler: EDTNA-ERCA, COVID-19, pandemi, Türk Nefroloji Diyaliz Transplantasyon Hemşireleri Derneği

Abstract

During the COVID-19 Pandemic process, the European Dialysis and Transplant Nurses Association / European Kidney Care Association (EDTNA-ERCA) continued to communicate continuously to inform healthcare workers working in the field of nephrology, raise awareness, take precautions and maintain qualified patient care by keeping the epidemic under control. Thus, nephrology nurses played an important role in terms of both using this information in patient care and protecting themselves..

For this purpose, he has published research, articles, posters, posters and brochures. In this study, the Turkish translation of some training materials on the EDTNA / ERCA website was shared in order to protect healthcare professionals and patients with chronic renal failure from COVID-19 infection in cooperation with the Turkish Association of Nephrology Dialysis Transplantation Nurses (TNDTD) and EDTNA / ERCA.

Keywords: EDTNA-ERCA, COVID-19, pandemic, Turkish Nephrology Dialysis Transplantation Nurses Association

GİRİŞ

Çin'in Wuhan kentinde başlayıp yerkürenin tamamına hızlı bir şekilde yayılan Koronavirüs (COVID- 19) salgını sağlık, ekonomi ve sosyal alanlarda dünya çapında büyük bir krize ve belirsizliğe neden olmuştur (Can, 2020; WHO, 2020). Bu belirsizlikler bağışıklık problemi, kronik hastalığı, komorbid hastalık öyküsü olan bireyleri ve yaşlıları içeren toplumun savunmasız üyeleri için durumu daha ciddi hale getirmektedir (Ahn,2020). DSÖ'nün COVID-19 raporuna göre ölüm vakalarını genellikle ileri yaş yada eşlik eden kronik hastalığı olan bireylerin oluşturduğu belirtilmektedir (WHO, 2020).

Kronik hastalığı olan bireyler, COVID-19 ve komplikasyonları için çeşitli nedenlerle yüksek risk altındadır ve bu hastaların salgından kaynaklı mortalite oranları da artmaktadır. Literatürde kronik böbrek yetmezliği (KBY), diabetes mellitus (DM) ve hipertansiyon (HT) koroner arter hastalığı (KAH) veya konjestif kalp yetmezliği (KKY), kronik obstrüktif akciğer hastalığı (KOA) COVID-19 hastalığı açısından yüksek riskli gruplar olarak değerlendirilmektedir (Aktöz, vd.,2020; Guan vd., 2020). Yapılan çalışmalarda da COVID-19 hastalığı seyrinde en çok risk oluşturan hastalıkların diyabet ve hipertansiyon olduğu belirlenmiştir (Guan vd., 2020; Zhou vd., 2020; Wang vd., 2020; Huang vd., 2020). COVID-19 hastalarında hastane içi ölüm oranları HT %33.4, DM %14.3, olarak tespit edilmiştir (Cheng vd.,2020). Aynı zamanda son dönem böbrek hastalığı (SDBY) etyolojisinde ilk sıralarda diabetes mellitus (%35.8) ve hipertansiyonun (%27.3) bulunması, bu hastalığa sahip bireylerin, COVID-19 açısından yüksek riskli grup olarak tanımlanmasına neden olmaktadır (Guan vd., 2020). Tüm bu bilgiler doğrultusunda KBY nedeniyle HD tedavisi alan hastalar, COVID-19 ve komplikasyonları için belirtilen nedenlerle yüksek risk altındadır (İkizler, 2020). Önceki salgınlarda (SARS-CoV, MERS-CoV ve SARS-CoV-2) veya felaketlerde, vaka ölüm oranı diyaliz hastalarında her zaman genel popülasyona göre çok daha yüksek olmuştur (Basile vd., 2020). Bu bağlamda KBY nedeniyle hemodiyaliz tedavisi alan hasta grubunun özellikle pandemi

dönemlerinde yakından takip edilmesi ve bu enfeksiyondan korunması yaşamsaldır (Zhu vd., 2020). Öte yandan, bulaşıcı hastalıklar sağlık çalışanları açısından en önemli mesleki risk ve hastalığı oluşturur. Bu riskli gruplardan biri de nefroloji alanında görev yapan sağlık çalışanlarıdır.

Tüm Dünyada ve ülkemizde COVID-19 ile olan mücadeleye sürdürülmektedir. Hemşireler ön safta yer alan sağlık çalışanları olarak bu mücadelede kesintisiz bir şekilde hasta bakımını sürdürmede görevlerinin başında yer almaktadırlar. Ülkemizde başta Türk Hemşireler Derneği, Nefroloji Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği (<http://www.ndthd.org.tr/>,2020) gibi ulusal ve uluslararası tüm kurum ve kuruluşları ile harekete geçen hemşireler, pandemi sürecinde enfeksiyonun yönetiminde önemli sorumluluklar üstlenmişlerdir. Uluslararası hemşirelik organizasyonlarından biri olan Avrupa Diyaliz ve Transplant Hemşireleri Derneği / Avrupa Renal Bakım Derneği (The European Dialysis and Transplant Nurses Association/European Renal Care Association, EDTNA/ERCA), 1971 yılında kurulduğundan bu yana nefroloji alanında çalışan başta hemşireler olmak üzere tüm sağlık çalışanlarını multidisipliner bir anlayışla desteklemektedir (<https://www.edtnaerca.org/coronavirus>, 2020). Yaşadığımız bu pandemi sürecinde gelecek odaklı olmak üzere, riskin gerçekleşme ihtimalini azaltmak, hafifletmek ve riski yönetmek amacıyla, mevcut zamanda bilinenlerin üzerine inşa edilen risk iletişimde uzun dönemli planlamalar; rutin, kontrollü, yapılandırılmış, sistematik mesajlar; bilim insanlarının ve uzmanların görüşlerini öne sürerek (<https://www.ttb.org.tr/userfiles/files/covid19-rapor.pdf>; Kain & Jardine, 2020) web tabanlı ya da sosyal iletişim kanallarını kullanarak bu anlayışla nefroloji alanında çalışan sağlık çalışanlarını desteklemeye devam etmektedir.

Ulusal ve uluslararası hemşirelik organizasyonlarının işbirliği halinde çalışmalarının günümüz ve gelecekteki olası salgınlara yönetiminde önemi büyüktür. TNDHD ve EDTNA-ERCA işbirliği doğrultusunda bu çalışmada nefroloji alanında çalışan sağlık çalışanlarının kendilerini

ve hastaları Covid-19 enfeksiyonundan korumak için EDTNA-ERCA web sayfasında yayınladıkları (https://www.edtnaerca.org/coronavirus,

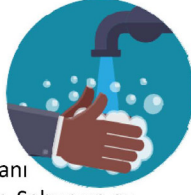
2020) eğitim materyallerinin çevirisi yer almaktadır.

Sağlık kuruluşlarında hastalar Covid-19'dan nasıl korunuyor?

Polikliniğimiz, 2019 korona virüs hastalığı (COVID-19) olan hastaların olası gelişimi için hazırlanmıştır. Hastaları güvende tutmaya kararlıyız, hastalarımızda ve personelimizde COVID-19 riskini azaltmak için aşağıdaki adımları atıyoruz:

- Hastalara ve personellere el yıkama ve öksürürken ağızını kapama konularında eğitim veriyoruz.

Bekleme alanında ve tedavi alanında, alkol bazlı el dezenfektanı ve çöp kutuları bulundurulacaktır. Sabun ve su tüm el yıkama lavabolarında ve tuvaletlerde bulunmaya devam edecektir



- Diyaliz hastalarını ve ziyaretçileri solunum yolu enfeksiyonu semptomları açısından izliyoruz.

Ateş, öksürük veya nefes darlığınız varsa önceden arayın. Bu, gelişinizi planlamamızı ve sizi güvende tutmak için enfeksiyon önleme adımları atmamızı sağlar.

Bizi arayın:

- Solunum yolu semptomları olan hastaları hızlı bir şekilde tanımlamaya ve izole etmeye hazırız. Öksürüğü ve nefes darlığı olan hastalara maske takılır, kalabalıktan uzak ayrı bir izolasyon odasında tedavi edilir. Covid-19 belirtileriniz devam ederse ya da tanınız kesinleşirse başka bir sağlık kuruluşuna sevk edilmeniz gerekebilir.



- COVID-19 için kişisel koruyucu ekipmanların doğru kullanımı konusunda personeli eğitiyoruz.

Sağlık personelleri önlük, maske, eldiven gibi kişisel koruyucu ekipman kullanmaktadır ve sizden de diğer hastaları korumak için bu ekipmanları kullanmanızı isteyebilir.



- Diyaliz ortamında hastaları Covid-19'dan korumak için uygun görülen temizleme ve dezenfeksiyon uygulamalarımızı sürdürüyoruz. Hasta istasyonunda bulunan herhangi bir yüzey, malzeme veya ekipman dezenfekte edilmeye veya imha edilmeye devam edecektir. Hasta bir bireyin 1 metre yakınında bulunan herhangi bir yüzey, malzeme veya ekipmanın dezenfekte edilmesini veya atılmasını sağlayacağız.

- Hastaları korumak için ziyaretçi erişimini kısıtlayabiliriz

Tesis içindeki ziyaretçi erişimini ve hareketini ayarlıyoruz. Eğer Ziyaretçiler içeri girerlerse solunum yolu enfeksiyonu belirtileri açısından taranacaktır



- Hastaları ve personeli COVID-19 ile ilgili tüm soru ve endişeleri paylaşmaya teşvik ediyoruz Sağlık personelinize kendinizi ve ailenizi korumak için neler yapmanız gerektiğini ve tedaviniz hakkında sorular sormaktan çekinmeyin.

- CDC'nin COVID-19 web sayfasından en son bilgilerle güncel kalıyoruz: www.cdc.gov/coronavirus.

Kendinizi ve sevdiklerinizi güvende tutmak için yaptığınız her şey için teşekkür ederiz. Gerekli olduğunda düşündüğümüz yeni önlemler hakkında sizi bilgilendireceğiz. Başka sorularınız varsa lütfen bizimle iletişime geçmekten çekinmeyiniz.



www.cdc.gov/coronavirus

Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAĞOLU tarafından çevirilmiştir.



Evde Covid-19 semptomlarınızı yönetmek için yapabileceğiniz 10 madde:

COVID-19 hastasıysanız veya COVID-19 olabileceğinizi düşünüyorsanız,

1. **Evde kalın** Halka açık yerlerden uzak durun. Eğer dışarı çıkmanız gerekiyorsa toplu taşıma araçlarını ve taksiyi kullanmayın.



6. **Öksürdüğünüzde ya da hapşurduğunuzda ağzınızı kapatın.**



2. **Belirtilerinizi dikkatlice gözlemleyin.** Belirtileriniz kötüleşirse derhal sağlık kuruluşunu arayın.



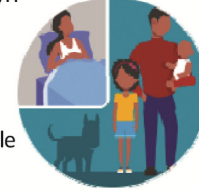
7. **Ellerinizi** en az 20 saniye boyunca **su ve sabunla yıkayın** ya da %60 alkol içeren el dezenfektanı ile temizleyin.



3. **İstirahat edin.**



8. Evde mümkün olduğunca ayrı bir odada **diğer aile bireylerinden uzak durun.** Eğer evde ayrı bir banyo varsa kendi kullandığınız banyoyu ayırın. Aile bireyleriyle birlikte olmanız gereken durumlarda **maske takın.**



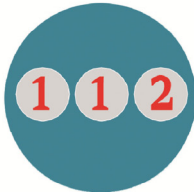
4. **Doktor randevunuz öncesi mutlaka doktorunuzu arayın** Ertelemeyecek bir tıbbi randevunuz var ise doktorunuzu arayın ve kesin ya da Şüpheli COVID-19 hastası olabileceğinizin bilgisini verin.



9. Havlu, çarşaf ve tabak bardak gibi **kişisel eşyalarınızı ortak kullanmayın.**



5. **Acil tıbbi durumlarda 112'yi arayın** Sağlık görevlilerine Covid-19 şüpheleniz olduğunu bildirin.



10. Kapı kolları, tablet, bilgisayar gibi sık dokunulan yerleri çamaşır suyu ile sık sık silin.



www.cdc.gov/coronavirus

Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞOLU tarafından çevrilmiştir.



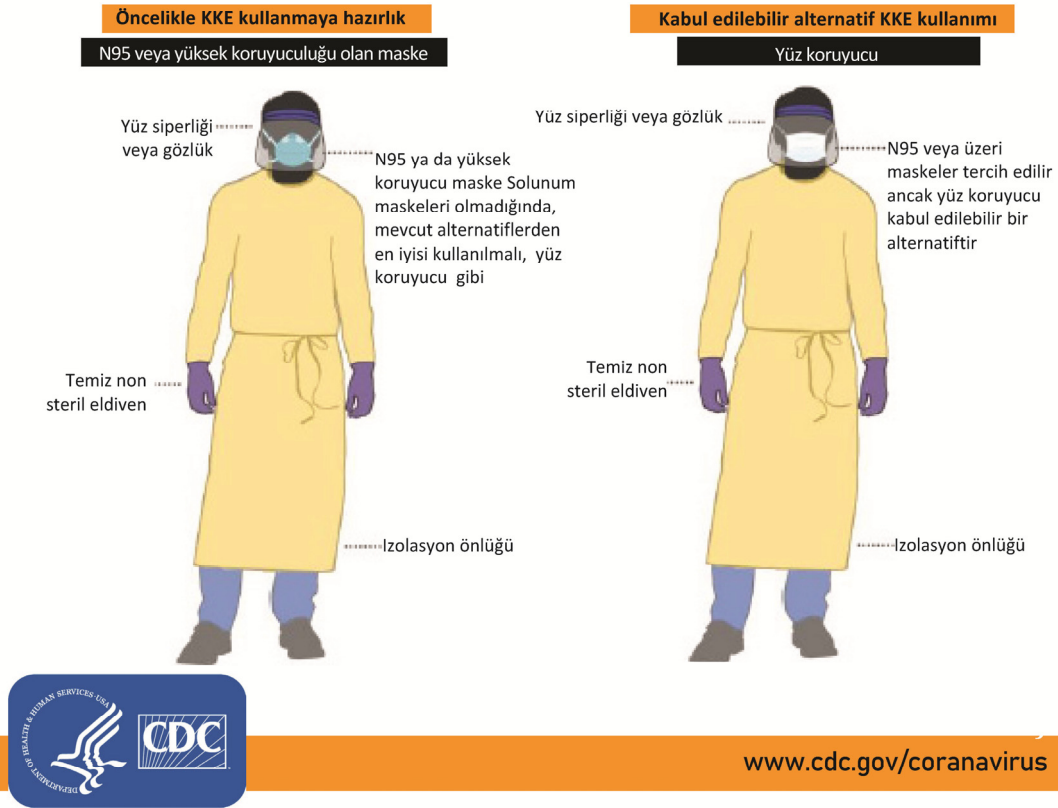
Covid-19 tanısı konmuş ya da şüpheli hastaların bakımında kişisel koruyucu ekipman (KKE) kullanımı

Sağlık personeli Covid-19 tanısı alan ya da şüphesi bulunan hastaya bakmadan önce;

- Kişisel koruyucu ekipmanın ne zaman gerekli olduğu ne kadar süre kullanılması gerektiği, nasıl giyip çıkaracağı konusunda **kapsamlı bir eğitim almalı**.
- Enfeksiyon kontrol önlemlerini ve prosedürlerini uygulamada tam bir yetkinlik göstermeli.

Hatırlatma:

- Kişisel koruyucu ekipman hastanın olduğu alana girmeden önce doğru şekilde giyilmelidir (örn. İzolasyon odası).
- Kirlenmiş alanlarda çalışma süresi boyunca kişisel koruyucu ekipman yerinde çıkartılmalı ve doğru şekilde giyilmelidir. Kişisel koruyucu ekipman, hasta bakımı sırasında düzeltilmemelidir. (örn. Elbisenin tekrar denemesi, solunum maskesinin/yüzmaskesinin ayarlanması).
- Kişisel koruyucu ekipman kontamine edilmeden, uygun sırasıyla yavaş bir şekilde çıkarılmalı. Bu sürecin adım adım gerçekleştirilmesi için eğitim alınmalı ve hasta bakımında kullanılmalı.



Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞLU tarafından çevrilmiştir.



Giyinme:

Birden fazla giyinme yöntemi bulunmaktadır. Sağlık kuruluşunuzun uygun gördüğü prosedürün eğitimini almak ve kullanmak önemlidir. Aşağıda bir giyinme örneği bulunmaktadır:

1. **Uygun görülen kişisel koruyucu ekipmanı belirlemek ve temin etmek.** Önlük boyut seçiminin doğru olduğundan emin olun (eğitime göre).
2. **El dezenfektanı kullanarak el hijyeni uygulayın.**
3. **İzolasyon kıyafetini giyin.** Önlük giyip tüm kuşakları bağlayın. Başka bir sağlıkçının asiste etmesi gerekebilir.
4. **NIOSH onaylı N95 filtreli yüz maskesi veya daha yüksek bir maske takın (yüksek koruyuculu maske yoksa yüz maskesi kullanın).** Yüz maskesi çenenin altına gelmemelidir. Hem ağız hem burun korunmalıdır. Yüz maskenizi çenenizin altına indirmeyin ve önlük cebine koymayın.*
 - » **Yüksek koruyucu maske:** Yüksek koruyucu maskenin üst lastiği başa alt lastiği boyuna geçirilmelidir. Maskeyi her taktığınızda tam kapatıp kapatmadığını kontrol edin.
 - » **Yüz maskesi:** Maskenin üst ipleri başına üzerinde alt ipleri boyunda bağlanarak sabitlenmelidir. Eğer maske lastikli ise, lastiklerini kulakların arkasına geçirin.
5. **Yüz siperliği ya da gözlük takın.** Yüz siperliği tüm yüzü kapatmayı sağlar. Gözlük gözlerde mükemmel koruma sağlar fakat buğulanma yapabilir.
6. **Eldiven takmadan önce el hijyeni sağlayın.** Eldivenler önlüğün bilek kısımlarını örtmelidir.
7. **Sağlık personeli şimdi hasta odasına girebilir.**

Çıkarma:

Birçok çıkarma yöntemleri bulunmaktadır. Sağlık kuruluşunuzun uygun gördüğü prosedürün eğitimini almak ve kullanmak önemlidir. Aşağıda örnek bir çıkarma yöntemi bulunmaktadır:

1. **Eldivenleri çıkarın.** Eldivenleri çıkarırken ellerin kontamine olmamasına dikkat edin. Eldivenler birden fazla teknik kullanılarak çıkarılabilir (örn. Eldiven içinde eldiven veya kuş gagası).
2. **Önlüğü çıkarın.** Tüm bağcıkları çözün. Bazı düğümler koparılabilir. Güçlü bir hareketten kaçınarak bunu nazik bir şekilde yapın. Önlüğü omuzlardan aşağı doğru çekin. Yuvarlayıp aşağı doğru sarın. Çöp kutusuna atın.*
3. **Sağlık personeli hasta odasından şimdi çıkabilir.**
4. **El hijyeni sağlanır.**
5. **Yüz siperliği ve gözlük çıkarılır.** Kayışı tutarak ve yukarı doğru ve başınızdan çekerek yüz siperini veya gözlükleri dikkatlice çıkarın. Yüz siperliğinin ve gözlüğünün ön kısımlarına dokunmayın.
6. **Maskeyi çıkarın (yüksek koruyucu maske yerine yüz maskesi kullanılıyorsa).*** Maskenin ön kısmına dokunmayın
 - » **Yüksek koruyucu maske:** Alt lastiğinden tutarak çıkarın ve başınızın üzerine getirin. Üst lastiğini tutun ve dikkatlice başınızın üzerine getirin ve daha sonra maskenin ön kısmına dokunmadan maskeyi yüzünüzden çekin.
 - » **Yüz maskesi:** Dikkatlice çözün (veya kulaklardan çıkarın) ve ön kısmına dokunmadan yüzünüzden çekin.
7. Maskeyi çıkardıktan sonra sağlık kuruluşunuzun tekrar kullanabileceğinizi söylüyorsa **tekrar takmadan önce ellerinizi yıkayın.**

* Kişisel Koruyucu Ekipmanın yeniden kullanımı veya uzun süreli kullanımı ile çalışan sağlık kuruluşlarının, bu uygulamalara uyacak şekilde giyme ve çıkarma prosedürlerini ayarlaması gerekecektir.



www.cdc.gov/coronavirus

Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞOLU tarafından çevirilmiştir.



Korona virüsü teşhisi konmuş ya da şüphesi olan hastaların bakımı hakkında sağlık personelinin bilmesi gerekenler

Sağlık personeli, 2019 koronavirus hastalığı (COVID-19) ile doğrulanmış veya olası enfeksiyonu olan hastaların bakımının ön saflarındadır ve bu nedenle bu virüse maruz kalma riski fazladır. Sağlık personelleri, kesin tanı almış veya olası COVID-19 hastalarıyla ilgilenirken maruz kalabilecekleri riskleri enfeksiyon önleme ve kontrol önerileri'ni takip ederek en aza indirebilirler.

COVID-19 Nasıl Yayılır

Yeni ortaya çıkan COVID-19 hakkında, nasıl ve ne kadar kolay yayıldığı da dahil olmak üzere öğrenilecek çok şey vardır. COVID-19 hakkında şu anda bilinenlere ve diğer koronaviruslar hakkında bilinenlere dayanarak, yayılmanın çoğunlukla yakın temaslar sırasında, solunum damlacıkları yoluyla kişiden kişiye bulaştığı düşünülmektedir.

Bir hasta bakımı sırasında aşağıdakiler dahil olmak üzere yakın temas oluşabilir:

- COVID-19'lu bir hastanın uzun süre yaklaşık 2 metre yakınında olmak.
- COVID-19'lu bir hastadan sekresyonlarla doğrudan temas etmesi sonucu bulaş olması. Enfeksiyöz sekresyonlar balgam, serum, kan ve solunum damlacıkları olabilir.

Önerilen tüm kişisel koruyucu ekipman giyilmediğinde yakın temas olursa, sağlık personeli risk altında kalabilir.

Kendinizi Nasıl Koruyabilirsiniz

COVID-19 hastası veya olası COVID-19 hastalarına bakan sağlık personeli, enfeksiyonun önlenmesi ve kontrolü için diyaliz kontrol ve önleme merkezi önerilerine uymalıdır.

- Akut solunum semptomları olan ve COVID-19 risk faktörlerini taşıyan hastalara mümkünse maske takılır ve izolasyon odası varsa oraya alınarak kapısı kapatılır.
- Kesin tanı almış veya şüpheli COVID-19 hastalarına bakarken iletişimde mesafenin korunması, damlacık önlemleri ve gözlük kullanımı gibi standart önlemleri alın.
- Tüm hastalarla temastan önce ve sonra, potansiyel hasta materyalleriyle temasta, kişisel koruyucu ekipmanı giymeden önce ve sonra alkol bazlı el dezenfektanı ile el hijyeninizi sağlayın ve eldiven kullanın. Elleriniz gözle görülür derecede kirli ise sabun kullanarak yıkayın.
- Kişisel koruyucu ekipmanın nasıl giyilip çıkarılacağına pratik yapın. Kişisel koruyucu ekipman kendi kendine kontaminasyonu önleyecektir.

- Kişisel koruyucu ekipman kullanımı dahil enfeksiyon önleme ve kontrol uygulamalarını takip ederken izolasyon odası için uygun prosedürleri de uygulayın.

Çevresel Temizlik ve Dezenfeksiyon

SARS-CoV-2'nin olduğu hastanelerde ve hastaneler-deki hastaların bakımında normalde kullanılan temizlik ve dezenfeksiyon prosedürlerinin devam ettirilmesi uygundur. Bu yeni çıkan viral hastalığa karşı etkili olan EPA onaylı ürünlerin Sars-Cov-2'ye karşı kullanılması uygundur.

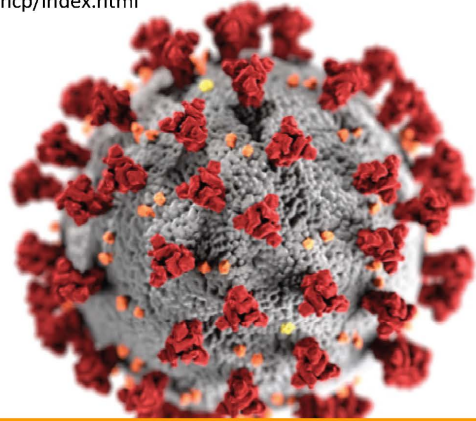
Çamaşırların, yemek servis gereçlerinin ve tıbbi atıkların yönetimi de rutin prosedürlere uygun olarak yapılmalıdır.

Sağlığı Hizmetlerine Ne Zaman Başvurulur

Onaylanmış veya olası bir COVID-19 hastasına korunmasız maruz kaldıysanız kişisel koruyucu ekipman derhal sorumlunuza veya iş yeri hekimine başvurun.

COVID-19 belirtilerinden olan ateş, öksürük veya nefes alma zorluğu yaşıyorsanız sağlık hizmetlerine başvurun, rapor aldığınız takdirde işe gitmezsiniz.

Sağlık personeli hakkında daha fazla bilgi için şu adresi ziyaret edin: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/hcp/index.html>



www.cdc.gov/coronavirus



Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞLU tarafından çevrilmiştir.



Kliniğinizi Coronavirus Hastalığı 2019'a Hazırlayın (COVID-19)

Yeni bir solunum yolu hastalığı—(2019 koronavirus hastalığı) (COVID-19)—toplumunuzu etkileyebilir. Hazır Olun! Kliniğinizi bu virüs hastalığına hazırlamak için attığınız adımlar, hastalarınızın ve sağlık çalışanlarınızın COVID-19'dan korunmasına da yardımcı olabilir:

Hastalar Gelmeden Önce

Kliniğinizi hazırlayın.



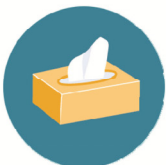
- Hastalarınızdan hangisinin COVID-19'dan kaynaklanan olumsuz sonuçlar açısından daha yüksek risk altında olduğunu bilin.
- Randevulu hastalarınızı daha sık telefonla arayarak planlamalarınızı yapın.
- Sağlık departmanınızla nasıl iletişime geçeceğinizi bilin.
- Topluluğunuzun COVID-19'u öğrenmek için sağlık departmanınızla bağlantıda kalmasını sağlayın. Virüs topluluğunuzun içinde yayılırken önlemlerinizi hızlandırın.
- Bu dönemde ihtiyacınız olan malzemeleri yeniden belirleyin ve stoklayın.

Hastalarla iletişime kurun.



- Hatırlatma aramaları sırasında hastalara belirtileri sorun.
- Acil olmayan randevuları yeniden planlamayı düşünün.
- Girişlerde ve bekleme alanlarında önleme eylemleri hakkında işaretler gönderin.

Bekleme alanını ve hasta odalarını hazırlayın.



- Malzemeleri temin edin - Kağıt mendiller, alkol bazlı el ovucu, lavabolarda sabun ve çöp kutuları olmalı.
- Mümkünse sandalyeleri 1-2 m aralıklarla yerleştirin. Mümkünse bariyerleri (paravan, perde gibi) kullanın.
- Ofisinizde oyuncaklar, okuma materyalleri varsa veya diğer ortak nesnelere varsa, düzenli olarak temizleyin.

Hastalar Geldiğinde

Hastalara Covid Belirtilerinin sorgulanması için kliniğin girişine personel görevlendirin.



- Belirti gösteren hastalara ağız ve burnu kapatmak için kağıt mendil veya yüz maskeleri verin.
- - Hasta olmayan ziyaretçileri sınırlayın.

Belirtileri olan hastaları ayırın.



- Eğer tıbbi olarak mümkünse hastaların dışarıda veya arabada beklemelerine izin verin.
- Hasta ve iyi hastalar için bekleme alanlarında ayrılanlar oluşturun.
- Hasta olanları mümkün olan en kısa sürede özel bir odaya yerleştirin.

Hastalar Belirlendikten Sonra



- Hastalar ayrıldıktan sonra Türkiye'de çevre koruma kurumunun karşılığı Hıfzısıhha Enstitüsüne onaylanmış yüzey dezenfektanları ile tezgahlar, yataklar ve oturma yerlerini sık sık temizleyin.



- Solunum semptomları olan hastalara evde bakım talimatları sağlayın. Evde izlem için telefonla sağlık hizmeti seçeneklerini göz önünde bulundurun.
- COVID-19 belirtileri olan hastaları sağlık departmanına bildirin.

Personelinizi hemen eğitin ve hazırlayın

- Klinik personelin kişisel koruyucu ekipmanları güvenli bir şekilde kullandığından, doğru sırayla giyip çıkarttığını bildiğinden emin olun.
- COVID-19 belirtilerini tanıyın-ateş, öksürük, nefes darlığı.
- Hastaları hızlı bir şekilde triajlamak ve ayırmak için prosedürleri uygulayın.
- Herkes için el hijyenini ve öksürme ve hapsirme görgü kurallarının önemini vurgulayın.
- Sağlık personeli içinde hasta olan varsa evde kalmalarını isteyin.
- İşleyen belirtiler gelişirse personeli eve gönderin.



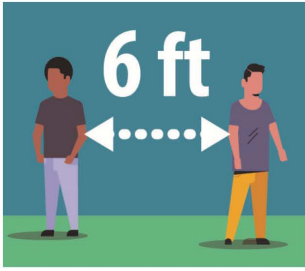
www.cdc.gov/coronavirus

Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞLU tarafından çevrilmiştir.



Sosyal Mesafe

Sosyal mesafe, sağlıklı insanlarla yakın temastan kaçınmanız gerektiği anlamına gelir. Hastaysanız, sosyal mesafeyle hastalığın yayılmasını durdurmaya yardımcı olabilirsiniz. Sağlıklıysanız, hastalanmanızı önlemeye yardımcı olabilirsiniz. Eğer toplumunuzda Koronavirüs Hastalığı 2019 (COVID-19) yayılıyorsa sosyal mesafelendirme önerilir. Yerel haber medyası ve halk sağlığı departmanınız, hastalık yerel olarak yayıldığı zaman duyuracaktır.

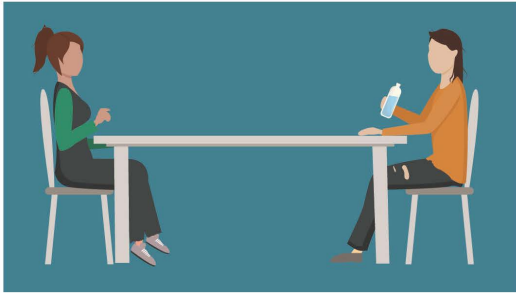


Diğer insanlardan 2 metre (6 ft), yaklaşık 2 kol uzunluğunda uzakta kalın.

- Bu süre içinde sarılmaktan ve tokalaşmaktan kaçının.

Mümkün olduğunca büyük kalabalıktan kaçının.

- Bazen bu mümkün olmayacaktır.
- Eğer bir sırada veya bir grup insanla olmanız gerekiyorsa, onlardan yaklaşık 2 metre uzakta durmaya çalışın.



Fiziksel olarak ayrı kalırken bile arkadaşlarınız ve aile üyeleriyle önemli ilişkileri sürdürmenin yollarını bulun.



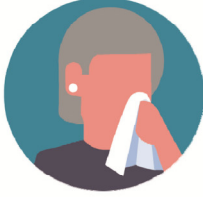
www.cdc.gov/coronavirus

Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞOLU tarafından çevirilmiştir.



Kendinizi ve Başkalarını Nasıl Korursunuz

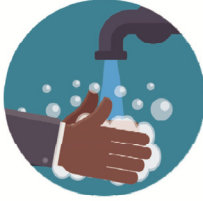
Nasıl Yayıldığını Öğrenin



- Şu anda koronavirüs 2019 (COVID-19) hastalığını önleyecek bir aşı yoktur.
- **Hastalığı önlemenin en iyi yolu bu virüse maruz kalmaktan kaçınmaktır.**
- Virüsün esas olarak kişiden kişiye yayıldığı düşünülmektedir.
- Birbirleriyle yakın temas halinde olan kişiler arasında (yaklaşık 2mt. içinde).
 - Enfekte bir kişi öksürdüğünde, hapşırduğunda veya konuştuğunda üretilen solunum damlacıkları yoluyla.
 - Bu damlacıklar yakınlardaki insanların ağızlarına, burunlarına inebilir veya muhtemelen akciğerlerine solunabilir.
 - Son zamanlarda yapılan bazı çalışmalar COVID-19'un semptom göstermeyen kişiler tarafından yayılabileceğini ileri sürmüşlerdir.

Herkes Yapmalı

Ellerinizi Sık Sık Temizleyin



- Özellikle halka açık bir yerde bulunduktan sonra veya burnunuzu sümkürdükten sonra, öksürdükten veya hapşırırdıktan sonra ellerinizi **en az 20 saniye** boyunca sabun ve suyla yıkayın.
- Sabun ve su bulunmuyor ise, **en az %60 alkol içeren** bir el dezenfektanı kullanın. Ellerinizin tüm yüzeylerini kaplayın ve kuruyana kadar birbirine ovalayın.
- Gözlerinize, burnunuza ve ağızınıza yıkanmamış ellerle dokunmaktan kaçının.

Yakın Temastan Kaçın



- **Hasta olan insanlarla yakın temastan kaçın.**
- **Mümkün olduğunca evde kalın.**
- **Kendinizle diğer insanlar arasında mesafe bırakın.**
 - Belirtileri olmayan bazı kişilerin virüsü yayabileceğini unutmayın.
 - Bu durum hastalanma riski yüksek olan insanlar için çok önemlidir.
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-at-higher-risk.html>



www.cdc.gov/coronavirus

Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞLU tarafından çevrilmiştir.



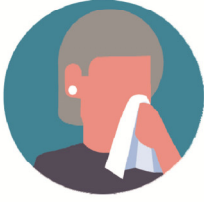
Başkalarının yanındayken ağızınızı ve burnunuzu kumaş maske ile kapatın

CDC nin önerisi Türkiyede kumaş maske yerine tıbbi maske kullanımı önerilmektedir.



- **Hasta hissetmeseniz bile COVID-19'u başkalarına yayabilirsiniz.**
- **Herkes, örneğin bakkala gitmek yada diğer ihtiyaçları almak için kamuya açık alanlara gitmek zorunda kalırsa bir bez yüz örtüsü girmek gerekir.**
 - Bez maske 2 yaşın altındaki küçük çocuklara nefes almakta güçlük çeken veya bilinçsiz, acil durumda olan veya yardım almadan maskeyi çıkaramayan çocuklara takılmamalıdır.
- Kumaş maske, enfekte olmanız durumunda diğer insanları korumak içindir.
- Sağlık çalışanı için tasarlanmış bir yüz maskesi **KULLANMAYIN.**
- Kendinizle başkaları arasında yaklaşık 2 mt. mesafe tutmaya devam edin. Kumaş maske, sosyal mesafenin yerini tutmaz.

Öksürük ve hapşırık örtüsü



- **Özel bir ortamdaysanız ve yüzünüzde kumaş maske yoksa öksürürken ve hapşırırken veya dirseğin iç kısmını kullanırken daima ağızınızı ve burnunuzu bir kağıt mendil ile kapatmayı unutmayın.**
- **Kullanılmış mendilleri çöpe atın.**
- Ellerinizi hemen en az 20 saniye sabun ve suyla yıkayın. Sabun ve su bulunamıyorsa, ellerinizi en az %60 alkol içeren bir el dezenfektanı ile temizleyin.

Temizleyin ve Dezenfekte Edin



- **Hergün dokunulan yüzeyleri temizleyin ve dezenfekte edin.** Bu masaları, kapı kolları, prizleri, tezgah, telefonlar, klavye, tuvaletler, musluk ve lavaboyu içerir. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/disinfecting-your-home.html>
- Yüzeyler kirliyse temizleyin. Dezenfeksiyondan önce deterjan veya su ve sabun kullanın.



www.cdc.gov/coronavirus

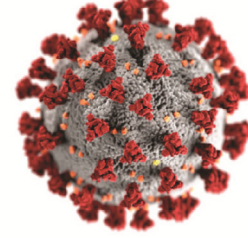
Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞOLU tarafından çevirilmiştir.



2019 CORONAVİRÜS HASTALIĞI (Covid-19) Diyaliz Hastalarının Güvenliği

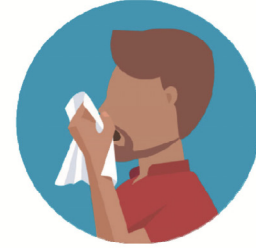
Covid-19 nedir?

COVID-19, influenzaya benzer şekilde kişiden kişiye yayılabilen bir solunum hastalığıdır.



Günlük Önlemler Alın

- Ellerinizi en az 20 saniye boyunca sabun ve suyla yıkayın veya en az %60 alkol içeren el dezenfektanı kullanın.
- Yüzüne dokunmaktan kaçının.
- Hasta olan insanlarla yakın temastan kaçının.
- Kalabalıktan kaçının ve insanlarla aranızda en az 2 metre boşluk bırakın.
- Öksürdüğünüzde veya hapşırduğunuzda ağızınızı ve burnunuzu bir kağıt mendille kapatın ya da dirseğinizin iç tarafını kullanın.
- Kullanılmış mendilleri hemen çöpe atın ve ellerinizi temizleyin.
- Düzenli olarak temizlik yapın ve telefonlar, bilgisayarlar, tezgahlar, kapı kolları ve prizler gibi sık dokunduğunuz alanları dezenfekte edin.

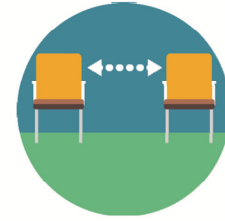


Ünitenin Hazırlanması

Diyaliz ünitesi tedavi sırasında sizi güvende tutmak için hazırlanırken değişiklikler görebilirsiniz.

Bu değişiklikler şunları içerebilir:

- COVID-19 belirtileri olan hastalar için özel tedbirlerin uygulanması gerekebilir.
- El hijyeni ve öksürük hakkında ilave eğitimler yapılabilir.
- Tedavi olduğunuz yatak/koltuğunuzda, tedavi sürelerinizde ve günlerinizde bazı değişiklik olabilir.
- Sağlık çalışanları önlük, yüz koruyucu, maske giyebilirler veya sizin de giymenizi isteyebilirler.
- Hasta kişilerin diğerlerinden ayrı oturması için bekleme salonlarında ilave alanlar oluşturulabilir.



Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞLU tarafından çevrilmiştir.



Belirti İzleme

COVID-19 belirtileri hafif belirtilerden ciddi hastalık belirtilerine kadar değişebilir.

COVID-19 semptomları şunları içerir:

- Ateş
- Öksürük
- Nefes darlığı

Hasta hissediyorsanız veya COVID-19'a maruz kaldığınızı düşünüyorsanız derhal sağlık kuruluşunu arayın. Bu şekilde bir planlamayla hastaneye yönlendirileceksiniz.

Tedavi alanına girmeden önce personeli ateş ve solunum belirtilerinizi (öksürük, nefes darlığı gibi) hakkında daima bilgilendirin.

Eğer diyaliz tedavisi alıyorsanız, tedavilerinizi asla ertelememelisiniz.



Toplumda COVID-19

Eğer yaşadığınız yerde COVID-19 yayılıyorsa:

- Diğer insanlar ile aranızda mesafe olmasına dikkat edin.
- Eğer hastalanırsanız, ailenizle ya da size bakım veren kişilerle konuşarak bir plan oluşturun.
- Diyaliz merkezinizin ve size bakacak kişilerin iletişim bilgilerini öğrenin.
- Evde kalmanız gerekebilir, birkaç haftalık ilaç ve gerekli malzemeler için stokunuzun bulunduğundan emin olun.



Rahatça Konuşun: Personele Sorularınızı Sorun

Konuşmaktan çekinmeyin ve aşağıdaki gibi sorular sorun:

- Diyaliz merkezi COVID-19'a karşı nasıl önlemler alıyor?
- Tedavimi etkileyecek herhangi bir değişiklik olacak mı?
- Kendimi ve diğer insanları korumak için ben ne yapabilirim?

Sağlığı korumak için her bireyin yapması gereken roller vardır. CDC yönergelerini izleyerek COVID-19 gibi solunum hastalıklarının yayılmasından korunmasına yardımcı olabilirsiniz.

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community



www.cdc.gov/coronavirus

Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞLU tarafından çevrilmiştir.



Covid-19'da Yüksek Risk Altındaysanız Neler Yapabilirsiniz?

Hastalığa yakalanmak için yüksek risk altında mısınız?



Şu anda bildirilenlere dayanılarak, COVID-19 kaynaklı hastalığa yakalanma riski yüksek olanlar:

- 65 yaş ve üzeri kişiler
- Huzurevinde veya uzun süreli bakımevinde yaşayanlar

Alta yatan tıbbi rahatsızlıkları olan her yaşta insan, özellikle iyi kontrol edilmezse aşağıdaki durumlar da buna dahil olabilir:

- Kronik akciğer hastalığı olan veya orta ila şiddetli astımı olan insanlar
- Ciddi kalp rahatsızlıkları olan kişiler
- Bağışıklığı zayıflamış insanlar
 - Birçok durum bir kişinin bağışıklığının zayıflamasına neden olabilir; kanser tedavisi, sigara içme, kemik iliği veya organ nakli, bağışıklık yetersizlikleri, yetersiz kontrol edilen HIV veya AIDS ve kortikosteroidlerin veya diğer bağışıklığı baskılayan ilaçların uzun süreli kullanımı.
- Şiddetli obezitesi olan kişiler (vücut kitle indeksi [BKİ] 40 veya üstü)
- Diyabeti olan bireyler
- Diyaliz tedavisi gören kronik böbrek hastaları
- Karaciğer yetmezliği olan bireyler

İşte Yapabileceğiniz Kendinizi Koruyun



Mümkün olduğunca evde kalın.



Ellerinizi sık sık yıkayın.



Hasta kişilerle yakın temastan kaçının, yaklaşık iki kol boyu mesafe bırakın.



Sık dokunulan yüzeyleri temizleyin ve dezenfekte edin.



Zorunlu olmadıkça toplu taşıma araçlarını kullanmayın.

Eğer hastaysanız, sağlık profesyonelleriyle iletişime geçin. Kendinizi korumak adına atabileceğiniz adımlar hakkında daha fazla bilgi için, CDC'lere bakın **How to Protect Yourself.**



www.cdc.gov/coronavirus

Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞLU tarafından çevrilmiştir.



Ellerinizi yıkayın. Mikroplara dur deyin!

Ne zaman?

- Lavabodan çıktıktan sonra
- Yemek hazırlamadan önce, hazırlarken ve yemek hazırladıktan sonra
- Yemek yemeden önce
- Evde kusma ya da ishal olan biriyle ilgilenmeden önce ve sonrasında
- Bebeğinizin bezini değiştirdikten sonra veya çocuğunuzun tuvalet ihtiyacına yardımcı olduktan sonra
- Burnunuzu sildikten, hapşırdıktan veya öksürdükten sonra
- Evcil hayvanınız da dâhil bir hayvana veya onun yemine ve atıklarına dokunduktan sonra
- Çöplere dokunduktan sonra



Nasıl?



Akan suyun (ılık ya da soğuk) altında **ellerinizi ıslatın**, musluğu kapatın ve ellerinizi sabunlayın.



Ellerinizi ovuşturarak sabunu **köpürtün**. Parmaklarınızın ve tırnaklarınızın arasını da yıkadığınızdan emin olun.



Ellerinizi en az 20 saniye **ovalayın**. Bunun için içinizden 20'ye kadar sayabilirsiniz.



Akan suyun altında ellerinizi **durulayın**.



Temiz bir havlu ya da el kurutma makinesi ile ellerinizi **kurutun**.

Sağlıklı kalmak ve mikropların yayılmasını önlemek için yapabileceğimiz en önemli şey ellerimizi temiz tutmaktır.

HAYAT DAHA İYİDİR

**TEMİZ
ELLERLE**



www.cdc.gov/handwashing



This material was developed by CDC. The Life is Better with Clean Hands Campaign is made possible by a partnership between the CDC Foundation, GOJO, and Staples. HHS/CDC does not endorse commercial products, services, or companies.

CS310027-A

Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği
EDTNA/ ERCA Key Member Prof. Dr. Mukadder MOLLAOĞLU tarafından çevrilmiştir.



Kaynaklar

1. Ahn, D.G, Shin, H.J., Kim, M.H., Lee, S., Kim, H.S., Myoung, J. ve Kim, S.J. 2020. "Current Status of Epidemiology, Diagnosis, Therapeutics, and Vaccines for Novel Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)". *Journal of Microbiology and Biotechnology*, 30(3), 313-324.
2. Aktoz, M., Altay, H., Aslanger, E., Atalar, E., AYTEKİN, V., Baykan, A.O., Barçın, C., Barış, N., Boyacı, A.A., Çavuşoğlu, Y., Çelik, A., Çinier, G., Değertekin, M. vd. "2020. Türk Kardiyoloji Derneği Uzlaşma Raporu: COVID-19 Pandemisi ve Kardiyovasküler Hastalıklar Konusunda Bilinmesi Gerekenler." *Türk Kardiyoloji Derneği Arşivi*, 48(1), 1-48.
3. Basile, C., Combe, C., Pizzarelli, F., Covic, A., Davenport, A., Kanbay, M., Kirmizis, D., Schneditz, D., van der Sande, F., Mitra, S. on behalf of the Eudial Working Group of ERA-EDTA. 2020. "Recommendations for the prevention, mitigation and containment of the emerging SARS-CoV-2 (COVID-19) pandemic in haemodialysis centres." *NDT gfaa069*,
4. Cheng, Y., Luo, R., Wang, K., Zhang M., Wang Z., Dong L., Li, J., Yao, Y., Ge, S., Xu, G. 2020. "Kidney disease is associated with in-hospital death of patients with COVID-19." *Kidney International* 2020.
5. Coronavirus Diseases (COVID-19) Information and Researches. <https://www.edtnaerca.org/coronavirus>. Son erişim tarihi:20.04.2020.
6. COVID-19 (SARS-CoV-2 Enfeksiyonu) Rehberi, T.C. Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü, 14.04.2020, Ankara.
7. Guan, W.J., Ni, Z.Y., Hu, Y., Liang, W.H., Ou, C.Q., He, J.X., et al. 2020. "Clinical Characteristics of Coronavirus Disease 2019 in China." *N Engl J Med* 2020 Feb 28.
8. Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Zhao, J., Hu, Y. Cheng, Z. 2020. "Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China". *The Lancet*, 395(10223), 497-506.
9. İkizler, T. A. 2020. "COVID-19 and Dialysis Units: What Do We Know Now and What Should We Do?." *American Journal of Kidney Diseases*. 23 Mart.
10. Kain, N. A., & Jardine, C. G. (2020). "Keep it short and sweet" Improving risk communication to family physicians during public health crises. *Canadian Family Physician*, 66(3), E99-E106. Retrieved from <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=edselc&AN=edselc.2-52.0-85081912496&lang=tr&site=eds-live&authtype=ip,uid>
11. Türk Nefroloji Diyaliz Transplantasyon Hemşireleri Derneği. <http://www.ndthd.org.tr/>. Son erişim tarihi:15.05.2020.
12. Türk Tabipleri Birliği COVID-19 Danışma ve İzleme Kurulu COVID-19 Pandemisi İki Aylık Değerlendirme Raporu. <https://www.ttb.org.tr/userfiles/files/covid19-rapor.pdf>. Son erişim tarihi:11.05.2020.
13. Wang, D., Hu, B., Hu, C., Zhu, F., Liu, X., Zhang, J., Zhao, Y. 2020. "Clinical characteristics of 138 hospitalized patients with 2019 novel coronavirus–infected pneumonia in Wuhan, China". *Jama*, 323(11),1061-1069.
14. World Health Organization" Coronavirus disease (COVID-19) Pandemic". <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019> Son erişim tarihi:15.04.2020.
15. Zhu, N., Zhang, D., Wang, W. et al. 2020. "A novel coronavirus from patients with pneumonia in China 2019." *N Engl J Med*, 382, 727–733.