

COVID-19 PANDEMİSİ ÖZEL

Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği COVID-19 Komisyonu COVID-19 Koronavirüs Hastalığı Rehberleri

The COVID-19 Coronavirus Disease Guidelines of the COVID - 19 Commission of Turkish Nephrology, Dialysis, and Transplantation Nurses Association

Ayten KARAKOÇ¹, Nermin ERDOĞAN², Yaprak SARIGÖL ORDİN³, Güler NASUHBEYOĞLU⁴, Fatma ERSOY⁵, Gülseren PEHLİVAN⁶, Sevel YILDIZ⁷, Sevginar ŞENTÜRK⁸

¹Uzm. Hemşire, SBÜ İstanbul Bakırköy Dr. Sadi Konuk Eğitim Araştırma Hastanesi Diyaliz Ünitesi, İstanbul, Türkiye

²Uzm. Hemşire, İstanbul Koç Diyaliz Merkezleri Grubu, İstanbul, Türkiye

³Doç.Dr., Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi, Cerrahi Hastalıklar Hemşireliği AD, İzmir, Türkiye

⁴Hemşire, Dokuz Eylül Üniversitesi Hastanesi Diyaliz Ünitesi, İzmir, Türkiye

⁵Hemşire, FMC Antalya Özel Diyaliz Merkezi, Antalya, Türkiye

⁶Hemşire, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Hastanesi Diyaliz Ünitesi, İstanbul, Türkiye

⁷Hemşire, İstanbul Üniversitesi Çapa Tıp Fakültesi Hastanesi Diyaliz Ünitesi, İstanbul, Türkiye

⁸Hemşire, Sağlık Bilimleri Üniversitesi İzmir Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Diyaliz Ünitesi, İzmir, Türkiye

Geliş Tarihi: 29 Mayıs 2020

Kabul Tarihi: 30 Mayıs 2020

İletişim / Correspondence:

Yaprak ORDİN

E-posta: yapraksarigol@gmail.com

Özet

Koronavirus Hastalığı 2019 (COVID-19) salgını tüm Dünyayı etkisine almış ve herkesin hayatını etkilemiştir. Hemodiyaliz, periton diyalizi ve organ nakli hastaları, COVID-19'un şiddetli seyretmesi açısından risk grubundadır. Bu hasta grubunun dikkat etmesi gereken noktalar kendi hayatlarını korumaları açısından oldukça önemlidir. Ayrıca, her ülkenin mevcut sağlık sisteminde öz kaynaklarını ve salgını yönetebilmesi için riskli hasta gruplarına özel bilgilendirme yapması önemlidir. Dünya'nın birçok yerinde ve ülkemizde bu hasta grubunun izlem ve takibinin uzaktan yapılması ve hastaların bilgilendirilmesinin üzerinde durulmaktadır. Bu amaçla Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireliği Derneği COVID-19 Komisyonu tarafından hastalarımıza bilgilendirmek için hasta rehberleri oluşturulmuştur. Nefroloji Hemşireliği Dergisinin bu sayısında meslektaşlarımıza yol göstermesi ve hastalarımızın bilgilendirilmese yardımcı olması amacıyla bu rehberler yer almaktadır.

Anahtar kelimeler: COVID-19, Hemodiyaliz, Periton Diyalizi, Organ Nakli, Hasta Rehberi

Abstract

The Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) outbreak affected the whole World and affected everyone's life. Hemodialysis, periton dialysis and organ transplant patients are in the risk group for severe course of COVID-19. The points that the patients group should pay attention to are very important in terms of protecting their own lives. In addition, it is important for each country to provide special information to risky patient groups in order to direct their own resources and epidemic in the current health system. In many parts of the World and in our country, it is emphasized to monitor and follow up this patients group remotely and inform patients. Therefore, patients guides were created by the Turkish Nephrology, Dialysis and Transplantation Nurses Association COVID-19 commission to inform our patients. In this issue of 'Journal of Nephrology Nursing', these guides are included to guide our colleagues and help inform our patients.

Key words: COVID-19, Hemodialysis, Periton Dialysis, Organ Transplantation, Patient Guide

GİRİŞ

Koronavirüs Aralık 2019 Çin'in Wuhan şehrinde birçok pnömoni vakasına sebep olması ile birlikte tanınmıştır. Bu virus akut solunum sendromu Koronavirüs 2 (SARS-CoV-2) olarak bilinmekte olup ilk olarak, koronavirüs hastalığı 2019-Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) olarak adlandırılmıştır. COVID-19 ilk olarak Çin'de görüldükten sonra tüm dünyaya yayılmıştır. Ülkemizde ilk vaka 11 Martta görülmüş olup aynı tarihte Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemi olarak duyurulmuştur. Tüm dünyayı saran bu salgında tüm sağlık sisteminin bu konuda stratejiler belirlemesi gerekmektedir. Ayrıca, bu süreçte enfeksiyonun kontrol altına alınması, bulaşın önlenmesi ve sağlık merkezlerinde takibi devam eden hastaların bilgilendirilmesi önemlidir. Tüm Dünya'yı saran ve daha önce eşi görülmemiş bu salgında, hemodiyaliz, periton ve organ nakli hastalarımız, COVID-19 Yeni Korona Virüs Hastalığının şiddetli seyretmesi açısından risk altındadır. Ayrıca bu hasta gruplarında COVID-19 hastalığı nedeniyle ölüm oranları genel popülasyona göre yüksektir. Her ülkenin kendi sağlık sistemi kaynaklarını yönetebilmesi açısından risk grubunda ki hastaların korunması oldukça önemlidir. COVID-19 oldukça yeni bir viral hastalık olup aşısı ve etkili bir tedavi yöntemi henüz mevcut değildir. Bu şartlarda salgının kontrol altına alınması, sağlık sisteminin korunması ve hastalarımızın hayatta kalması için yapılabilecek en önemli uygulama korunmadır. Sağlık profesyonelleri olarak elimizde ki en iyi silah hastalarımıza bu enfeksiyonun

bulaşının önlenmesidir. Bunun içinde korunma yöntemleri konusunda hastalarımızın bilgilendirilmesi gereklidir. Sağlık sisteminde önemli bir yeri olan hemşirelerin temel görev ve sorumlulukları içerisinde hasta bilgilendirmesi ve eğitim yer almaktadır.

Bu kapsamda, **Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği COVID-19 Komisyonu tarafından** hasta rehberleri oluşturulmuştur. Bu rehberler hazırlanırken, ağırlıklı olarak Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) önerileri, Hastalık Kontrol Merkezi (Centers for Disease Control and Prevention-CDC), ilgili meslek örgütlerinin bilgilendirme platformları, uluslararası klavuzlar ve Sağlık Bakanlığı Bilimsel Kurul Kararlarından yararlanılmış, güncel ve bilimsel gelişmeler ışığında da gözden geçirilmiştir. Tüm dünyayı etkisi altına alan ve çok ciddi can kaybına neden olan **COVID-19 Yeni Koronavirüs Hastalığıyla** mücadelede "Organ nakli olan hastalara yönelik COVID-19 Koronavirüs hastalığı rehberi", "Periton diyalizi hastalarına yönelik COVID-19 Koronavirüs hastalığı rehberi", "Hemodiyaliz hastalarına yönelik COVID-19 Koronavirüs hastalığı rehberi" ve "Ev hemodiyalizi hastalarına yönelik COVID-19 hastalığı rehberi" hastalarımızın ve onlara bakım veren hasta yakınlarının, doğru bilgilendirilmesi ve gerekli korunma önlemlerini alması için hazırlanmıştır. Bu rehberlerde bu hastaların sağlıklı ve güvende kalmasına yardımcı olacak bilgiler ve kaynaklar, ayrıca "**Sık Sorulan Sorular**"a verilen yanıtlar yer almaktadır.

PERİTON DİYALİZİ, HEMODİYALİZ, EV DİYALİZİ VE ORGAN NAKLİ OLAN, HASTALARA YÖNELİK COVID-19 KORONAVİRÜS HASTALIĞI REHBERİ

Bu rehber, tüm dünyayı etkisi altına alan ve çok ciddi can kaybına neden olan COVID-19 Yeni Koronavirüs Hastalığıyla mücadelede hali hazırda Periton Diyalizi, Hemodiyaliz, Ev diyalizi ve Organ Nakli Olmuş hastalarımızın ve onlara bakım veren hasta yakınlarının, doğru bilgilendirilmesi ve gerekli korunma önlemlerini alması için Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği COVID-19 Komisyonu tarafından hazırlanmıştır. Rehber hazırlanırken, ağırlıklı olarak Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ)

önerileri, uluslararası kılavuzlar ve Sağlık Bakanlığı Bilim Kurulu kararlarından yararlanılmış, güncel ve bilimsel gelişmeler ışığında gözden geçirilmiştir.

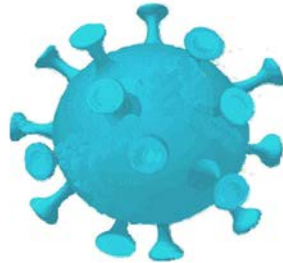
Eşi görülmemiş bir dönemle karşı karşıyayız. Siz Periton Diyalizi, Hemodiyaliz, Ev diyalizi ve Organ Nakli olmuş hastalarımızı dinlemek ve desteklemek için burada olduğumuzu lütfen unutmayın; yalnız değilsiniz!

Hazırlamış olduğumuz rehberde, sizin ve sevdiklerinizin sağlıklı ve güvende kalmasına yardımcı olacak bilgileri ve kaynakları, ayrıca “**Sık Sorulan Sorular**”a verilen yanıtlarımızı bulabilirsiniz.



**TÜRK NEFROLOJİ,
DİYALİZ VE TRANSPLANTASYON
HEMŞİRELERİ DERNEĞİ**

HEMODİYALİZ HASTALARINA YÖNELİK COVID-19 KORONAVİRÜS HASTALIĞI REHBERİ



07.05.2020



TNDTHD

Türk Nefroloji, Diyaliz ve
Transplantasyon Hemşireleri Derneği

**COVID-19
Komisyon Üyeleri**

Başkan

Ayten KARAKOÇ

Nermin ERDOĞAN

*THD COVID-19 Komisyon Üyesi ve
Hemodiyaliz Rehberi Sorumlu Yazarı*

Yaprak SARIGÖL ORDİN

Organ Nakli Rehberi Sorumlu Yazarı

Güler NASUHBEYOĞLU

Periton Diyaliz Rehberi Sorumlu Yazarı

Fatma ERSOY

Ev Hemodiyalizi Rehberi Sorumlu Yazarı

Gülseren PEHLİVAN

Sevel YILDIZ

Sevginar ŞENTÜRK

Tasarım

ninetasarim@gmail.com



HEMODİYALİZ HASTALARINA YÖNELİK COVID-19 KORONAVİRÜS HASTALIĞI REHBERİ

Bu rehber, tüm dünyayı etkisi altına alan ve çok ciddi can kaybına neden olan COVID-19 Yeni Koronavirüs Hastalığıyla mücadelede hali hazırda **Hemodiyaliz tedavisinde bulunan hastalarımızın** ve onlara bakım veren hasta yakınlarının, doğru bilgilendirilmesi ve gerekli korunma önlemlerini alması için Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği COVID-19 Komisyonu tarafından hazırlanmıştır.

Rehber hazırlanırken, ağırlıklı olarak Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) önerileri, uluslararası kılavuzlar ve Sağlık Bakanlığı Bilim Kurulu Kararlarından yararlanılmış, güncel ve bilimsel gelişmeler ışığında gözden geçirilmiştir.

Eşi görülmemiş bir dönemle karşı karşıyayız. Siz **Hemodiyaliz hastalarımızı** dinlemek ve desteklemek için burada olduğumuzu lütfen unutmayın; yalnız değilsiniz!

Hazırlamış olduğumuz rehberde, sizin ve sevdiklerinizin sağlıklı ve güvende kalmasına yardımcı olacak bilgileri ve kaynakları, ayrıca **Sık Sorulan Sorulara** verilen yanıtlarımızı bulabilirsiniz.

Saygılarımızla
Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon
Hemşireleri Derneği
COVID-19 Komisyonu





HEMODİYALİZ HASTALARINA YÖNELİK COVID-19 KORONAVİRÜS HASTALIĞI REHBERİ

1. COVID-19 (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Nedir?

Yeni koronavirüs (COVID-19), ilk olarak Çin'in Wuhan şehrinde 2019 Aralık ayının son günlerinde solunum yolu belirtileri (**ateş, öksürük, nefes darlığı**) gelişen bir grup hastada yapılan araştırmalar sonucunda tanımlanan bir virüsdür.

Daha sonra bu virüs Çin Halk Cumhuriyeti'nin diğer eyaletleri ve sonrasında da tüm dünyaya yayılmıştır. Dünya Sağlık Örgütü 12 Mart 2020 tarihinde COVID-19'a bağlı ortaya çıkan koronavirüs hastalığını pandemi (salgın) olarak ilan etmiştir.

2. COVID-19'un (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Belirtileri Nelerdir?

COVID-19 koronavirüs hastalığının orta düzeyde ve şiddetli semptomları (belirtileri) vardır. Hastalık belirtileri virüse maruziyet (temas) sonrası **2-14 gün** içinde görülmektedir.

Bu Belirtiler; Ateş, koku ve tat kaybı, öksürük, grip benzeri belirtiler (kas ağrısı, yorgunluk gibi) bulantı ve kusma, ishal ve karın ağrısı, solunum sıkıntısı, şiddetli olgularda; zatürre, ağır solunum yetmezliği ve ölüm gelişebilmektedir.

3. COVID-19 (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Nasıl Bulaşır?

- **Hasta** bireylerin **öksürmeleri, aksırmaları** ile ortama saçılan **damlacıkların solunması** ile bulaşır.
- Hastaların solunum parçacıkları ile kirlenmiş yüzeylere dokunulduktan sonra **ellerin yıkanmadan yüz, göz, burun veya ağıza götürülmesi** ile de virüs alınabilir.
- Kirli ellerle **göz, burun veya ağıza temas etmek** risklidir.





4. Kimler COVID-19'un (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Şiddetli Seyretmesi Açısından Risk Grubundadır?

COVID-19 yeni bir hastalıktır ve bu hastalığın şiddetli seyretmesine neden olan risk faktörleri hakkında sınırlı bilgi vardır. Elimizde var olan bilgilere ve klinik deneyimlere göre;

COVID-19 hastalığının şiddetli seyretmesi açısından yüksek riskli hastalar;

- 65 yaş üstü insanlar
- Uzun süre huzurevinde kalan insanlar
- Ciddi sağlık sorunu olan herhangi bir yaş döneminde olan kişiler
- Astım ya da kronik akciğer hastalığı olanlar
- Ciddi kalp hastalığı olanlar
- Bağışıklık sistemi baskılanmış hastalar
- Kanser tedavisi gören hastalar
- Sigara içenler
- Kemik iliği ya da organ nakli olan hastalar
- İyi kontrol edilememiş AIDS hastaları
- Uzun süre kortizon ya da bağışıklık sistemini baskılayan ilaç kullanan hastalar
- Beden kitle indeksi 40 ve üstü olan kişiler (şişman hastalar)
- Diyabeti (şeker hastalığı) olan hastalar
- **Kronik böbrek yetmezliği olan ve diyaliz tedavisi alan hastalar**
- Karaciğer hastalığı olan hastalar
- Organ yetmezliği olan hastalardır.

Medyada görüntülenen ölüm ya da yoğun bakımdaki hastalar ile beraber akıldan çıkarılmaması gereken durum da %80-85 oranında iyileşen hastalarımızın olduğudur.





5. COVID-19 Hastalığından Korunmak İçin Neler Yapılmalıdır?

- Henüz COVID-19 Yeni koronavirüs hastalığı için koruyucu bir aşı yoktur.
- En iyi korunma yöntemi virüse maruziyetten (temastan) kaçınmaktır.
- Bu virus insandan insana bulaşmaktadır.
- Covid 19 Yeni koronavirüs hastalığından kendinizi ve başkalarını nasıl koruyabileceğiniz konusunda Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü ve hekiminiz/hemşireniz tarafından verilen bilgileri dikkatlice takip edin ve uygulayın.

KENDİNİZİ KORUMANIN BELLİ BAŞLI ADIMLARI

EVDE KALIN !!

- Gerekli durumlar dışında dışarı çıkmayınız.
- Kalabalık yerlerde kesinlikle bulunmayınız.
- Toplu taşıma kullanmayınız.
- Birlikte yaşadığınız kişiler de mecbur olmadıkça dışarı çıkmamalıdır.

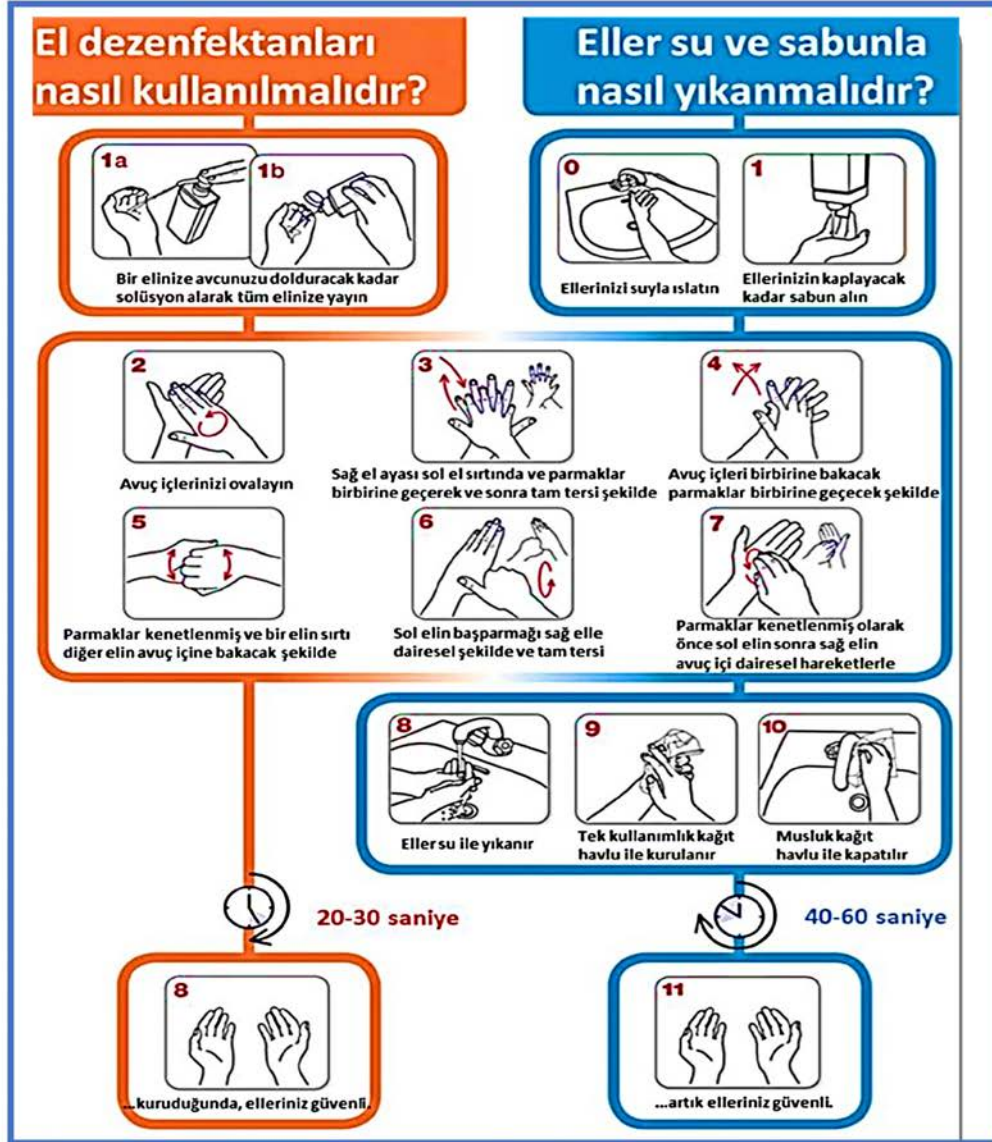
ELLERİNİZİ SIK SIK YIKAYINIZ!!

- Su ve sabunla en az 20 saniye (**20'ye kadar sayarak**) el yıkayınız.
- Özellikle halka açık yerlerde bulunduktan sonra ellerinizi yıkayınız.
- Asansör, kapı kolu, wc vb. ortak kullanılan alanlara dokunduktan sonra ellerinizi su ve sabunla yeterli sürede ve sık sık yıkayınız.
- Siz ya da etrafınızdaki insanlar öksürdükten ya da aksırdıktan sonra ellerinizi yıkayınız.
- Su ve sabun yanınızda mevcut değilse, en az %70 alkol içeren el antiseptiğiyle ellerinizi ovalayınız.
- Bu antiseptik ile ellerinizin tüm yüzeyini kaplayacak şekilde elleriniz kuruyana kadar ellerinizi ovalayınız.
- Yıkanmamış elleriniz ile ağız, burun ve gözlerinize dokunmayınız.





EL YIKAMA VE (ALKOL BAZLI) EL DEZENFEKTANLARI KULLANMA BROŞÜRÜ



Kaynak 4. https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/risk-communications/hand-cleaning/handrub.jpg?sfvrsn=e9b44b62_2



SOSYAL MESAFE NEDİR VE NASIL KORUNULUR

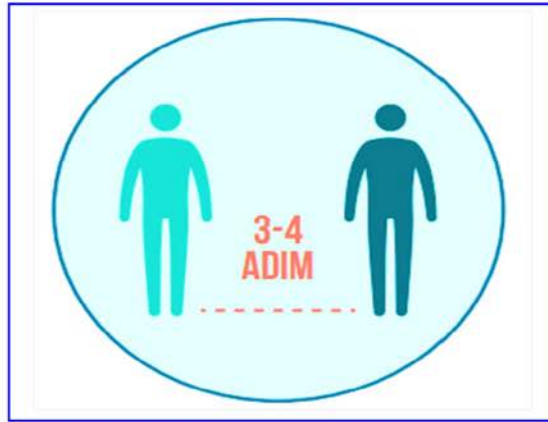
Sosyal mesafe

Bireyler arasındaki fiziksel teması en aza indirmeyi ve böylece enfeksiyon olasılığını azaltmak amacıyla kullanılır.

İnsanların bulunduğu yada toplandığı yerlerden uzak durmak, toplu taşıma araçlarından (örneğin otobüs, metro, minibüs, taksi birlikte binilen araba) kaçınmak ve diğer kişilerden uzaklığı korumak (3-4 adım) anlamına gelir.

Sosyal mesafeyi korumak için kişilerle (aile bireyleriniz dahil) aranızda her zaman **3-4 adım** mesafe bırakınız ve dışarıda iseniz maskenizi takınız.

Yakın Temastan Kaçınınız !!!



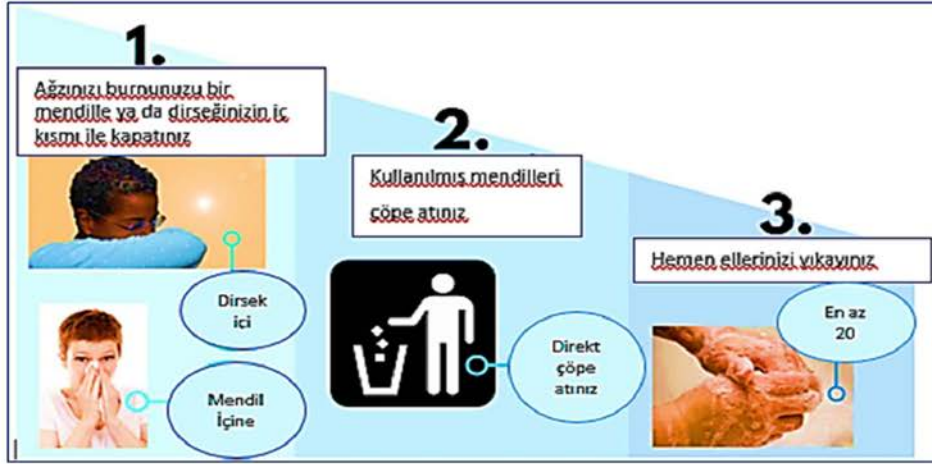
Kaynak 3: T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19), Erişim: 11.04.2020 <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/>

6: ECDC REPORT Guidance for social distancing measures aimed at minimising the spread of SARS-CoV-2 23 March 2020, Erişim tarihi: 07.04.2020 <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-social-distancing->



Öksürme ve Hapşırma !!

- Öksürme ve hapşırma sırasında burnunuzu ve ağzınızı tek kullanımlık kağıt mendil ile kapatınız.
- Kağıt mendiliniz yoksa dirsek içini bu amaçla kullanınız.
- Ellerinizi en kısa sürede su ve sabunla yıkayınız.
- Su ve sabun bulamıyorsanız, en az %70 alkol içeren el antiseptiği ile ellerinizi ovalayınız.



Şekil-1: 1.2 ve 3. Adımları öksürme ve hapşırmadan sonra uygulayınız.

Kaynak 7. AST.Power2Save one transplant for life. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): FAQs for transplant candidates and recipients Erişim<https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients>

MASKE KULLANIMI !!

- Tıbbi/Cerrahi maske olarak adlandırılan maskeleri kullanabilirsiniz.
- N95 olarak adlandırılan özellikli maskeleri sizler kullanmıyorsunuz.
- Evden dışarıya çıktığınızda mutlaka bu tıbbi/cerrahi maskeyi kullanınız.
- Sizinle birlikte kalan kişilerde dışarıya çıktıklarında maske kullanmalıdır.





TNDTHD

Türk Nefroloji, Diyaliz ve
Transplantasyon Hemşireleri Derneği

TIBBİ / CERRAHİ MASKE KULLANIM BROŞÜRÜ

Yeni Koronavirüs solunum yolu enfeksiyonu yapan bir virüstür.

Hasta kişilerin öksürme veya hışırtıyla ortaya saçtığı damlacıkların ortamdaki diğer bireyler tarafından solunmasıyla, damlacıkların yapıştığı yüzeylere dokunulduktan sonra ellerin ağız, burun veya göze götürülmesiyle Yeni Koronavirüs enfeksiyonu bulaşmaktadır.

KİMLER TIBBİ MASKE KULLANMALIDIR?

- Ateş, öksürük, solunum sıkıntısı belirtilerinden birinin gelişmesi durumunda hemen tıbbi maske takarak en yakın sağlık kuruluşuna başvurun.
- Yeni Koronavirüs Hastalığı tanısı veya şüphesi olan bir kişinin bakımını yapıyorsanız mutlaka tıbbi maske takın.
- Ev izolasyonundayken çeşitli nedenlerle dışarı çıkmak zorunda kalırsanız evden çıkarken mutlaka tıbbi maske takın.
- Ev izolasyonundayken evin ortak alanlarını (banyo, mutfak, salon vb.) kullanırken mutlaka tıbbi maske takın.

MASKE NASIL TAKILIR?

- Maskeyi takmadan önce eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanır.
- Su ve sabunun olmadığı durumlarda eller 20-30 saniye alkol içerikli el antiseptiği ile ovulur.
- Maske, katı kısmı dış tarafa kalacak üst tarafındaki metal şerit burun köprüsünün üzerine gelecek şekilde takılır.
- Maske lastikli ise maskenin yanlarındaki lastikler kulak kepeğinden geçirilerek takılır.
- Maske ipli ise maskenin üst kenarındaki ipler kulakların üstünden geçirilerek başın arka kısmında bağlanır, alt kenarındaki ipler ensede bağlanır.
- Maskenin üst tarafındaki metal şerit burun köprüsünün üzerine hafifçe bastırılarak yerleştirilir.
- Maske burun, ağız ve çeneyi tamamen kapatacak, kenarlarından hava geçimine izin vermeyecek şekilde takılır.

MASKE NASIL ÇIKARILIR?

- Maske burun, ağız ve çeneyi içine alan, yoğun kütlenin gerçekleştiği ön kısmına dokunulmadan çıkarılmalıdır.
- Lastikli ise kulak arkasındaki lastiklerden tutarak çıkarılır.
- İpli ise önce ense bölgesindeki alt ipleri, sonra başın arkasındaki üst ipleri çözülerek çıkarılır. Böylece maskenin düşmesi engellenmiş olur.
- Çıkarılan maske lastiklerinden veya iplerinden tutularak çöpe atılır ve çöpün sürekli kapalı kalması sağlanır.
- Maskeyi çıkardıktan sonra eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanır.
- Su ve sabunun olmadığı durumlarda eller 20-30 saniye alkol içerikli el antiseptiği ile ovulur.

TIBBİ MASKEYİ DOĞRU BİR ŞEKİLDE TAKMAK, ÇIKARMAK, TAKMA ÖNCESİNDE VE ÇIKARMA SONRASINDA EL HİJYENİNİ SAĞLAMAK OLDUKÇA ÖNEMLİDİR.

TIBBİ MASKE KULLANIMI SIRASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

- Tıbbi maskenin burun, ağız ve çeneyi içine alan ön kısmına dokunulmamalıdır.
- Kazara dokunulursa eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanmalı veya alkol içerikli el antiseptiği ile ovulmalıdır.
- Tıbbi maske kullanımı sırasında kilitleri, neredense veya yırtır ise mutlaka yenisiyle değiştirilmelidir.
- Tıbbi maskeler kesinlikle ortak kullanılmamalıdır.
- Kullanılmış tıbbi maskenin kütlenmediği dışarıya asla tekrar kullanılmamalıdır.

“Dışarıda herkesin tıbbi maske takması zorunludur”

YENİ KORONAVİRÜS HASTALIĞI (COVID-19)

TIBBİ MASKE KULLANIMI

T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
/SaglikBakanligi

QR kodu



TEMİZLİK VE DEZENFEKSİYON!!

- Dokunduğunuz her yeri gün içinde sık sık deterjanla temizleyiniz.
- **Gün içinde en fazla dokunulan yerler;** Masa, sandalye, koltuk, kapı kolları, ışık prizi, anahtarlık, tezgahlar, telefonlar, tuvaletler, lavabolar, musluklar, kumandalar vb. yerleri sık sık temizleyiniz.
- Kirlenme olduysa kirlenen eşya ya da yüzeyi hemen temizleyiniz.
- Yumuşak gözenekli yüzeyleri (halı, perde, koltuk vb.) görünür bir kirlenme varsa deterjanla temizleyiniz. Mutlaka kurumasını sağlayınız.
- Havlu, çamaşır, çarşaf gibi tekstil ürünlerinin temizliği sırasında silkelemekten kaçınınız, bu eşyaları çamaşır makinesinde mümkün olan en sıcak ısıda (**en az 60 derecede**) yıkayınız ve kuruttuktan sonra ütöleyiniz.
- Dışarıda kullandığınız kıyafetleri eve girer girmez çıkarınız, dışarıdan içeriye ayakkabı sokmayınız. Dış giysi olarak kullan-at şeklinde şeffaf yağmurluk vb. giysiler kullanabilirsiniz.
- Hasta kişilerin, kirli giysilerini eldiven kullanarak tutunuz ve ayrı olarak (mümkünse bir file içinde) mümkün olan en sıcak ısıda yıkayınız.
- Eldiveninizi çıkardıktan sonra da ellerinizi en az 20 sn süre ile su ve sabunla yıkayınız.

TEMİZLİK/DEZENFEKSİYON İÇİN!!

Günlük ev temizliğinde çamaşır suyu çözeltisi kullanabilirsiniz.

Çamaşır suyu çözeltisi hazırlamak için:

- ✓ **3 litre suya 3 yemek kaşığı** ya da **bardağın 1/3'ü kadar çamaşır suyu**
- ✓ Ya da **1 litre suya 4 çay kaşığı** çamaşır suyu ekleyerek elde edebilirsiniz.
- Kullandığınız çamaşır suyunun (üretici firmanın) uygulama ve uygun havalandırma talimatına uyunuz.





- Kullandığınız ürünün son kullanma tarihini kontrol ediniz.
- **Ev tipi çamaşır suyunu asla amonyak ya da başka bir hiçbir temizleyici ile karıştırmayınız.**
- **Alkol solüsyonu kullanacak iseniz;** En az %70 alkol içeren solüsyon ile kullandığınız yüzeyleri dezenfekte ediniz.

ETRAFINIZDA HASTA BİRİ VARSA!!

- Etrafınızda hasta biri varsa mümkünse aynı evde yaşamayınız.
- Evinizi ayırmanız mümkün değilse;
 - ✓ Bu kişiler ile tuvalet, banyo ve yatak odanızı, havlu, fırça gibi ortak kullanılan malzemeleri ayırınız.
 - ✓ Hasta olan kişinin, evde sizden ayrı olarak farklı bir odada kalmasını sağlayınız.
 - ✓ Yiyeceklerinizi ayırınız.
 - ✓ Bu kişilerin tabak, bardak, kaşık, çatal, bıçak gibi yemek yeme malzemelerini yıkarken bir eldiven kullanınız ya da bulaşık makineniz var ise makinede yıkayınız.
 - ✓ Hasta olan kişinin çöplerini ayrı bir torbada toplayınız.
 - ✓ Bu çöpler de atılırken eldiven kullanınız ve çöp torbasının ağzını sıkıca kapatınız.





HEMODİYALİZ HASTASI OLARAK DİKKAT ETMENİZ GEREKENLER

- 1. Diyaliz tedavi gününüzde; Ateş ve solunum sıkıntısı olmadan** sadece üst solunum yolları enfeksiyonuna ait belirtilerden (boğazda ağrı, boğazda yanma, halsizlik gibi) herhangi birisi var ise diyalize gelmeden önce mutlaka diyaliz merkezimize telefonla bilgi veriniz.
- 2. Üstte bahsedilen belirtilere ek olarak ateşiniz çıkarsa ve/veya öksürük, balgam ve nefes darlığı şikayetiniz olursa derhal tıbbi maske takınız** ve Sağlık Bakanlığının **Alo 184 Sabim Korona Danışma Hattını** arayınız. Daha sonra Diyaliz merkezimize de durumunuz hakkında bilgi veriniz.
- 3. Evinizde Şüpheli/Pozitif Yeni Koronavirüs hastalığı nedeniyle karantina altında bir aile bireyiniz var** ise mutlaka diyaliz merkezimizi bilgilendiriniz ve hasta olan bireyden kendinizi koruyunuz, maskenizi evde de takınız.
- 4. Diyaliz merkezine Ulaşım:** Bu salgın döneminde diyaliz tedaviniz için evden merkeze kendi aracınızla gelip gitmeye çalışınız. (bu konuda aile bireylerinizden yardım isteyiniz)
- 5. Tıbbi maske kullanımı:** Kendi sağlığınız için evden çıkarken tıbbi maskenizi takınız ve tüm taşınma (evden merkeze, merkezden eve gidiş) süresince maskenizi asla çıkartmayınız.
- 6. Ellerin/fistül bölgesinin yıkanması:** Diyaliz tedavinize gelmeden hemen önce ve merkeze geldiğinizde mutlaka ellerinizi ve fistüllünüzün bulunduğu bölgeyi su ve sabunla iyice yıkayınız. El yıkama olanağınız bulunmuyorsa Alkol bazlı el antiseptiği ile ellerinizi ovalayınız.



- 7. Bekleme Salonu Kuralları:** Diyaliz merkezine geldiğinizde bekleme salonunda ki kalma sürenizi en aza indirmek için size söylenen tüm kurallara uyunuz, sosyal mesafenizi koruyunuz.
- 8. Diyaliz tedavi randevunuz:** Bu salgın döneminde diyaliz tedaviniz için size bildirilen randevu günü, saati ve bazen tedavi salonunda, yatağınızda, makinenizde değişiklikler olabilir, diyaliz merkezinizin yöneticilerinden tedavi planlamanız konusunda herhangi bir değişiklik olup olmadığı hakkında bilgi alınız.
- 9. Ateş ve genel durum takibiniz:** Diyaliz Merkezine gelir gelmez hemen, tedaviniz boyunca ve bitiminde ateş takibiniz sık olarak yapılacağı gibi, **ateş, öksürük, nefes darlığı** gibi belirtilerden herhangi birisinin olup olmadığı yönünde de takip edileceksiniz, bu dönemde sağlığınıza yakından izlemek ve erkenden önlem almak adına yapılacak bu uygulamalarımız sizi ürkütmesin.
- 10. Diyaliz merkezlerinde yeme içme:** Bu salgın döneminde diyaliz merkezlerinde yeme içme ile ilgili bir takım tedbirler alınmakta olup, tedavi esnasında yemek yemeniz sizin ve diğer hasta/sağlık çalışanlarının sağlığı açısından tehlike oluşturabilir. Lütfen diyaliz tedaviniz için evinizden merkeze gelmeden önce karnınızı doyurunuz. Şeker hastası iseniz, insulün miktarınızda ya da kullandığınız şeker ilaçlarınızda bir takım değişiklikler olabilir, doktorunuz ve hemşirenizden şeker tedavisi ilaçlarınız için bilgi alınız. Hipogliseminin önlenmesi için (kanda şekerin ani düşmesi durumu) yanınızda şeker bulundurunuz.
- 11. Refakat ve ziyaretçi kabulü:** Diyaliz tedavinize gerekmediği sürece lütfen refakatçi getirmeyiniz. Diyaliz merkezlerinde tedavi edilen siz hastalarımızın yaşı, bizzat böbrek hastalığı ve eşlik eden hastalıklarınız (kalp hastalığı, şeker hastalığı ve akciğer hastalığı gibi) nedeniyle enfeksiyonlara karşı normal insanlara göre daha hassassınız. Bu çerçevede hasta refakati kabul



edilebilecek birkaç durum dışında olmayacaktır. (*felçli ve yürüme problemi olan hastalar, ambulansla gelen hastalar, akli melekelerinde bozukluk olan hastalar gibi*) Lütfen merkezinizin yöneticileri ile refakatçi kabul edilebilecek durumlar ve nasıl uygulandığı hakkında bilgi edininiz.

- 12.** Diyaliz merkezinizin, yeni koronavirüs hastalığı ile ilgili ilave koruyucu ekipmanların kullanılması gibi pek çok düzenlemenin Sağlık Bakanlığı talimatıyla yapıldığını bilin, merkezinizin yöneticilerinden alınan önlemlerle ilgili bilgi edininiz.
- 13. İlaç temini:** Sağlık Bakanlığının talimatıyla diyaliz tedavisinde, var ise ilave bir kronik hastalığınız ve bununla ilgili kullandığınız tüm ilaçların rapor süresi uzatılmıştır. Doktorunuzun size önerdiği ilaçları eczanenizden (siz/aile bireyleri) reçetesiz olarak alabilirsiniz. Bu süreçte düzenli olarak kullanmaya ve ilacınız bitmeden temin etmeye devam ediniz.
- 14. Beslenme şekliniz/diyetiniz:** Diyaliz hekiminiz tarafından aksi bir şey belirtilmediği takdirde size önerilen besinleri tüketmeye devam ediniz. Bu dönemde çiğ sebze ve meyve tüketmekten kaçınınız. Yine bu dönemde yüksek potasyumlu, fosforlu ve tuzlu yiyeceklerden kaçınarak su tüketiminize (sıvı alımınızı) ve diyetinize uymak çok daha önemlidir. Çiğ et tüketmeyiniz, yiyeceklerinizi hazırlarken iyi yıkanmasına, iyi pişirilmesine ve taze olarak tüketilmesine her zamankinden daha fazla özen gösteriniz. Diyaliz hastası olarak yemekten önce, yemeklerle birlikte /sonra alacağınız ilaçlarınız var ise buna azami dikkat ediniz.



SIK SORULAN SORULAR

Soru: Diyalize nasıl gideceğim? Sokağa çıkma yasağı ile ilgili tedbirler diyalize gitmeme engel olur mu?

Cevap: Aksi bir durum belirtilmedikçe diyalize ulaşımınız programlandığı gibi devam edecektir. Merkezinizin yöneticilerinden Diyalize girdiğinize dair onaylı bir yazı ve diyaliz raporunuzun onaylı bir kopyasını isteyiniz, her zaman bu yazıyı yanınızda bulundurunuz. Sokağa çıkma yasağının uygulandığı tarihlerde kendi aracınızla merkeze gelmeniz durumunda bu yazıyı yetkililere göstermek üzere hazır bulundurunuz. Bunun dışında merkeziniz Hasta nakil araçlarıyla ulaşımınız halinde gerekli tüm yasal ve idari tedbirleri zaten alacaktır.

Soru: Yüksek tansiyonum var, tansiyon ilaçlarımı kesmeli veya değiştirmeli miyim?

Cevap: Tansiyon ilaçlarının bu hastalığın seyrini olumsuz etkilediğine dair bilgi kanıtlanmış değildir. Şu anda, belirli bir tansiyon ilaç grubunun bu hastalığı nasıl etkilediğine dair bir kanıt bulunmamaktadır. Başta tansiyon ilaçlarınız da dâhil olmak üzere tüm reçeteli ilaçlarınıza diyaliz hekiminizin size reçete ettiği şekilde devam etmeniz ve ilaçlarınızı hekiminizle görüşmeden kesinlikle kesmemeniz önemlidir.

Soru: Diyaliz hastası olarak seyahat etmemde bir sakınca var mı, kendi merkezimden başka bir diyaliz merkezine gidebilir miyim?

Cevap: Sağlık Bakanlığının talimatları gereği diyaliz hastalarının bu salgın hastalık dönemi boyunca kendi tedavi gördükleri merkez dışında bir merkezde tedavi görmelerine sınırlama getirilmiştir. Sizin, ailenizin ve tedavi gördüğünüz sağlık merkezi çalışanlarının sağlığının korunması, Covid-19 hastalığının



bulaşmaması adına bu sınırlama çok önemlidir. Şu an için şehirlerarası seyahatlere çok sıkı sınırlama getirilmiştir. Başka şehirlere yasağın kaldırılıp kaldırılmadığını İç İşleri Bakanlığının duyurularından takip edebilirsiniz.

Soru: Diyaliz hastası olarak Covid-19 hastalığının bana bulaşması ile ilgili çok ciddi kaygılarım var ve korkuyorum, korku ve kaygımı azaltmak için ne gibi önerileriniz olabilir?

Cevap: Bir kriz sırasında kendinizi üzgün, stresli, şaşkın, korkmuş veya kızgın hissetmeniz normaldir. Hepimizi tehdit eden bu belirsizlik durumuna eğer izin verirse ruh sağlığımız da olumsuz etkilenecektir. Ruhsal sıkıntıların çarpıntı, terleme veya nefes alamama hissi gibi fiziksel şikâyetlere de neden olabileceği unutulmamalıdır ki bunlar beklenen, normal vücut reaksiyonlarıdır.

Kendi sağlık durumunuz veya sevdiğinizlerle ilgili korkularınız ve endişeleriniz:

- Uyku ya da yemek düzeninde değişikliklere
- Uyumakta ya da konsantre olmakta zorluğa
- Kronik sağlık sorunlarının kötüleşmesine
- Alkol, sigara ya da diğer ilaçların kullanımının artmasına neden olabilmektedir.

Bu gibi durumlarda güvendiğiniz insanlarla konuşmak size yardımcı olabilir.

- Ailenizle ve arkadaşlarınızla iletişim kurunuz.
- Arkadaşlarınızla sadece telefonla iletişime devam ediniz.
- Endişelerinizle tek başınıza mücadele etmeye çalışmayınız.
- Başkalarıyla iletişim kurarak onlardan da destek alınız.





SAĞLIKLI BİR YAŞAM İÇİN GENEL KURALLARA UYUN:

- 1. İyi beslenin:** Hastalığınız nedeniyle kısıtlanan yiyecekler haricinde dengeli besleniniz. Diyalizler arasında fazla kilo almamaya özen gösteriniz. Vücutta aşırı sıvı birikiminin özellikle akciğerlerde enfeksiyon riski oluşturduğunu unutmayınız.
- 2. İyi uyuyun:** Uyumadan önce zihninizi rahatlatmak için müzik dinleyin, kitap okuyun, sevdiğinizleri, geçmişteki güzel anılarınızı veya sizi mutlu edecek şeyleri düşününüz.
- 3. Egzersiz yapın:** Kalabalık ortamlardan uzak durmak, soğuktan korunmak ve kendinizi aşırı yormamak koşuluyla yürüyüş gibi hafif egzersiz yapınız, Rahatlamak için kendinize zaman ayırınız, böylece bir süre sonra yoğun duygular geçecektir.
 - Haberleri izlemeye, okumaya ya da dinlemeye mola veriniz.
 - Tekrarlayan biçimde krizi duymak ve görüntüleri görmek üzücü olabilir.
 - Normal yaşamınıza dönmek için hoşlandığınız diğer bazı etkinlikleri yapmaya çalışınız.
 - Duygularınızla başa çıkmak için sigara, alkol veya diğer ilaçlardan uzak durunuz. Bunalmış hissediyorsanız hekiminizle paylaşın ve önerilerini alınız.
 - Güvenilir kaynaklardan ve gerçek bilgiyi almaya çalışınız.
 - Makul önlemler alabilmeniz için riskinizi doğru bir şekilde belirlemenize yardımcı olacak bilgileri dikkatlice takip ediniz.
 - Gerçek dışı haberlerden uzak durunuz.
 - Sizi ve ailenizi üzecek medya yayınlarını dinlemeyiniz ve izlemeyiniz.



Kaynaklar

1. CDC-Centers of Disease Control and Prevention, Coronavirus Disease 2019 (COVID-19), Erişim: <https://www.cdc.gov>
2. ERA/EDTA COVID-19 guideline, Erişim: <https://www.era-edta.org/en/covid-19-news-and-information/>
3. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19), Erişim: <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/>
4. WHO-World Health Organization, www.who.int. Erişim: https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/risk-communications/hand-cleaning/handrub.jpg?sfvrsn=e9b44b62_2
5. <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/depo/afisler/COVID19-TIBBI-MASKE-KULLANIMI-29X20-2KIRIMLI-BROSUR.pdf> Erişim Tarihi: 07.04.2020
6. ECDC REPORT Guidance for social distancing measures aimed at minimising the spread of SARS-CoV-2 23 March 2020, Erişim tarihi: 07.04.2020 <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-social-distancing->
7. AST.Power2Save one transplant for life. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): FAQs for transplant candidates and recipients Erişim <https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients>
8. WHO: Coping with stress during the 2019-nCoV outbreak- https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/coping-with-stress.pdf?sfvrsn=9845bc3a_2 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/managing-stress-anxiety.html>
9. Kidney Care UK: Managing anxiety and fear. <https://www.kidneycareuk.org/news-and-campaigns/coronavirus-advice/managing-anxiety-and-fear/>
10. Türk Psikiyatri Derneği: Koronavirüs hastalığı salgını sırasında ruh sağlığı stresle baş etme- 13 Mart 2020, <https://www.psikiyatri.org.tr/2147/koronavirus-hastaligi-salgini-sirasinda-ruh-sagligi-ve-stresle-bas-etme>
11. Kidney Care UK: <https://www.kidneycareuk.org/news-and-campaigns/coronavirus-advice/#dialysis>
12. Davita Kidney Care: <https://www.davita.com/covid-19-information>



TÜRK NEFROLOJİ,
DİYALİZ VE TRANSPLANTASYON
HEMŞİRELERİ DERNEĞİ

PERİTON DİYALİZİ HASTALARINA YÖNELİK COVID-19 KORONAVİRÜS HASTALIĞI REHBERİ



07.05.2020



**COVID-19
Komisyon Üyeleri**

Başkan

Ayten KARAKOÇ

Nermin ERDOĞAN

*THD COVID-19 Komisyon Üyesi ve
Hemodiyaliz Rehberi Sorumlu Yazarı*

Yaprak SARIGÖL ORDİN

Organ Nakli Rehberi Sorumlu Yazarı

Güler NASUHBEYOĞLU

Periton Diyaliz Rehberi Sorumlu Yazarı

Fatma ERSOY

Ev Hemodiyalizi Rehberi Sorumlu Yazarı

Gülseren PEHLİVAN

Sevel YILDIZ

Sevginar ŞENTÜRK

Tasarım

ninetasarim@gmail.com



PERİTON DİYALİZİ HASTALARINA YÖNELİK COVID-19 KORONAVİRÜS HASTALIĞI REHBERİ

Bu rehber, tüm dünyayı etkisi altına alan ve çok ciddi can kaybına neden olan COVID-19 Yeni Koronavirüs Hastalığıyla mücadelede **Periton Diyalizi hastalarının** ve onlara bakım veren hasta yakınlarının, doğru bilgilendirilmesi ve gerekli korunma önlemlerini alması için Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği COVID-19 Komisyonu tarafından hazırlanmıştır.

Rehber hazırlanırken, ağırlıklı olarak Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) önerileri, uluslararası kılavuzlar ve Sağlık Bakanlığı Bilim Kurulu Kararlarından yararlanılmış, güncel ve bilimsel gelişmeler ışığında gözden geçirilmiştir.

Eşi görülmemiş bir dönemle karşı karşıyayız. Siz **Periton Diyalizi hastalarımızı** dinlemek ve desteklemek için burada olduğumuzu lütfen unutmayın; yalnız değilsiniz!

Hazırlamış olduğumuz rehberde, sizin ve sevdiklerinizin sağlıklı ve güvende kalmasına yardımcı olacak bilgileri ve kaynakları, ayrıca **Sık Sorulan Sorulara** verilen yanıtlarımızı bulabilirsiniz.

Saygılarımızla
Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon
Hemşireleri Derneği
COVID-19 Komisyonu





PERİTON DİYALİZİ HASTALARINA YÖNELİK COVID-19 KORONAVİRÜS HASTALIĞI REHBERİ

1. COVID-19 (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Nedir?

Yeni koronavirüs (COVID-19), ilk olarak Çin'in Wuhan şehrinde 2019 Aralık ayının son günlerinde solunum yolu belirtileri (**ateş, öksürük, nefes darlığı**) gelişen bir grup hastada yapılan araştırmalar sonucunda tanımlanan bir virüsdür.

Daha sonra bu virüs Çin Halk Cumhuriyeti'nin diğer eyaletleri ve sonrasında da tüm dünyaya yayılmıştır. Dünya Sağlık Örgütü 12 Mart 2020 tarihinde COVID-19'a bağlı ortaya çıkan koronavirüs hastalığını pandemi (salgın) olarak ilan etmiştir.

2. COVID-19'un (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Belirtileri Nelerdir?

COVID-19 koronavirüs hastalığının orta düzeyde ve şiddetli semptomları (belirtileri) vardır. Hastalık belirtileri virüse maruziyet (temas) sonrası **2-14 gün** içinde görülmektedir.

Bu Belirtiler; Ateş, koku ve tat kaybı, öksürük, grip benzeri belirtiler (kas ağrısı, yorgunluk gibi) **bulantı ve kusma, ishal ve karın ağrısı, solunum sıkıntısı, şiddetli olgularda; zatürre, ağır solunum yetmezliği** ve ölüm gelişebilmektedir.

3. COVID-19 (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Nasıl Bulaşır?

- **Hasta** bireylerin **öksürmeleri, aksırmaları** ile ortama saçılan **damlacıkların solunması** ile bulaşır.
- Hastaların solunum parçacıkları ile kirlenmiş yüzeylere dokunulduktan sonra **ellerin yıkanmadan yüz, göz, burun veya ağıza götürülmesi** ile de virüs alınabilir.
- Kirli ellerle **göz, burun veya ağıza temas etmek** risklidir.





4. Kimler COVID-19'un (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Şiddetli Seyretmesi Açısından Risk Grubundadır?

COVID-19 yeni bir hastalıktır ve bu hastalığın şiddetli seyretmesine neden olan risk faktörleri hakkında sınırlı bilgi vardır. Elimizde var olan bilgilere ve klinik deneyimlere göre;

COVID-19 hastalığının şiddetli seyretmesi açısından yüksek riskli hastalar;

- 65 yaş üstü insanlar
- Uzun süre huzurevinde kalan insanlar
- Ciddi sağlık sorunu olan herhangi bir yaş döneminde olan kişiler
- Astım ya da kronik akciğer hastalığı olanlar
- Ciddi kalp hastalığı olanlar
- Bağışıklık sistemi baskılanmış hastalar
- Kanser tedavisi gören hastalar
- Sigara içenler
- Kemik iliği ya da organ nakli olan hastalar
- İyi kontrol edilememiş AIDS hastaları
- Uzun süre kortizon ya da bağışıklık sistemini baskılayan ilaç kullanan hastalar
- Beden kitle indeksi 40 ve üstü olan kişiler (şişman hastalar)
- Diyabeti (şeker hastalığı) olan hastalar
- **Kronik böbrek yetmezliği olan ve diyaliz tedavisi alan hastalar**
- Karaciğer hastalığı olan hastalar
- Organ yetmezliği olan hastalardır.

Medyada görüntülenen ölüm ya da yoğun bakımdaki hastalar ile beraber akıldan çıkarılmaması gereken durum da %80-85 oranında iyileşen hastalarımızın olduğudur.





5. COVID-19 Hastalığından Korunmak için Neler Yapılmalıdır?

- Henüz COVID-19 Yeni koronavirüs hastalığı için koruyucu bir aşı yoktur.
- En iyi korunma yöntemi virüse maruziyetten (temastan) kaçınmaktır.
- Bu virus insandan insana bulaşmaktadır.

KENDİNİZİ KORUMANIN BELLİ BAŞLI ADIMLARI

EVDE KALIN !!

- Gerekli durumlar dışında dışarı çıkmayınız.
- Kalabalık yerlerde kesinlikle bulunmayınız.
- Toplu taşıma kullanmayınız.
- Birlikte yaşadığınız kişiler de mecbur olmadıkça dışarı çıkmamalıdır.

ELLERİNİZİ SIK SIK YIKAYINIZ !!

- Su ve sabunla en az 20 saniye (**20'ye kadar sayarak**) el yıkayınız.
- Özellikle halka açık yerlerde bulunduktan sonra ellerinizi yıkayınız.
- Özellikle asansör, kapı kolu, wc vb. ortak kullanılan alanlara dokunduktan sonra ellerinizi su ve sabunla yeterli sürede ve sık sık yıkayınız.
- Siz ya da etrafınızdaki insanlar öksürdükten ya da aksırdıktan sonra ellerinizi yıkayınız.
- Eğer su ve sabun yanınızda mevcut değilse, en az %70 alkol içeren el antiseptiğiyle ellerinizin tüm yüzeyini kaplayacak şekilde elleriniz kuruyana kadar ovalayınız.
- Yıkanmamış elleriniz ile ağız, burun ve gözlerinize dokunmayınız.

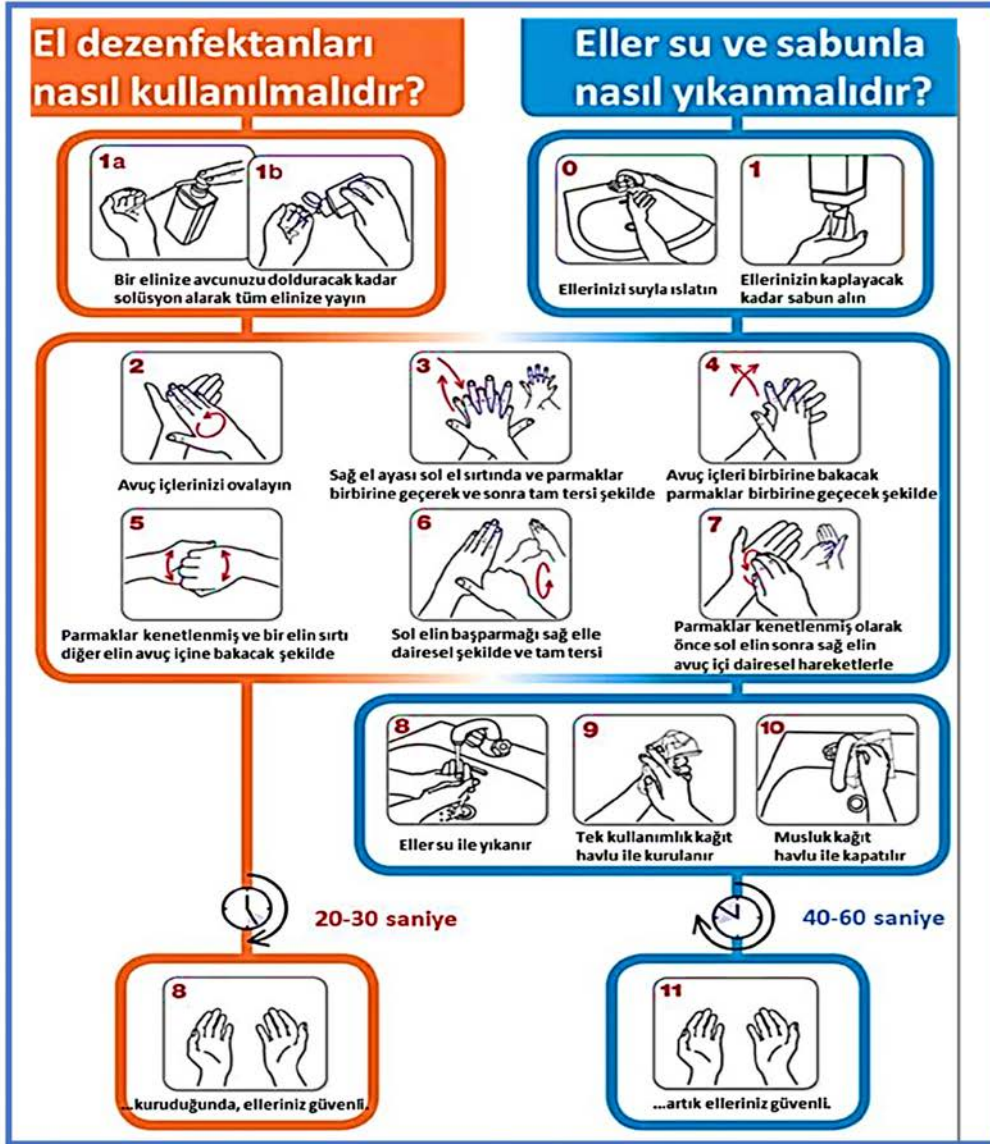




TNDTHD

Türk Nefroloji, Diyaliz ve
Transplantasyon Hemşireleri Derneği

EL YIKAMA VE (ALKOL BAZLI) EL DEZENFEKTANLARI KULLANMA BROŞÜRÜ



Kaynak 4. https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/risk-communications/hand-cleaning/handrub.jpg?sfvrsn=e9b44b62_2





SOSYAL MESAFE NEDİR VE NASIL KORUNULUR

Sosyal mesafe

Çeşitli yollarla bireyler arasındaki fiziksel teması en aza indirmeyi ve böylece yeni enfeksiyon olasılığını azaltmak amacıyla kullanılır.

Sosyal mesafeyi korumak için kişilerle aranızda her zaman 3-4 adım mesafe bırakınız ve maskenizi takınız.

Yakın Temastan Kaçınınız !!!

- Etrafınızdaki insanlar ile aranızda mesafe bırakınız. (Sosyal mesafe)
- Özellikle sizin için diğer insanlar ile aranızda mesafe bırakmanız **(3-4 adım)** çok önemlidir.



Kaynak 3: T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19), Erişim: 11.04.2020 <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/>

6: ECDC REPORT Guidance for social distancing measures aimed at minimising the spread of SARS-CoV-2 23 March 2020, Erişim tarihi: 07.04.2020 <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-social-distancing->



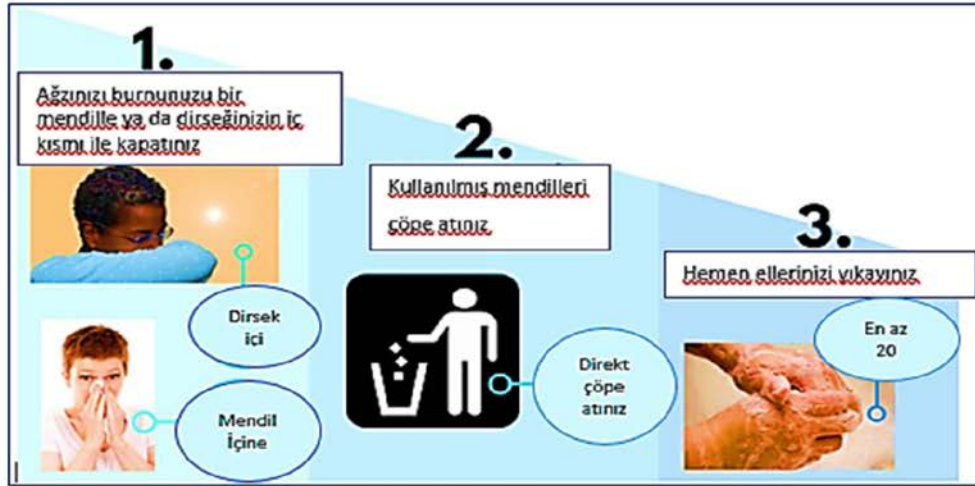


Diğer İnsanları Korumak İçin !!

- Hastaysanız, evde kalın ve sağlık merkezini arayınız.
- Cerrahi maskenizi mutlaka takınız.
- Diğer insanlar ile temasta bulunmayınız.

Öksürme ve Hapşırma !!

- Öksürme ve hapşırma durumunda hemen ellerinizi su ve sabunla yıkayınız.
- Eğer su ve sabun bulamıyorsanız, en az %70 alkol içeren el antiseptiği ile ellerinizi ovalayınız.



Şekil-1: 1.2 ve 3. Adımları öksürme ve hapşırmadan sonra uygulayınız.

Kaynak 7. AST.Power2Save one transplant for life. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): FAQs for transplant candidates and recipients Erişim<https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients>





TEMİZLİK VE DEZENFEKSİYON !!

- Dokunduğunuz her yeri gün içinde sık sık deterjanla temizleyiniz.
- **Gün içinde elle sık temas edilen;** masa, sandalye, koltuk, kapı kolları, elektrik prizi, anahtarlık, tezgahlar, telefonlar, tuvaletler, lavabolar, musluklar, kumandalar vb. yerleri sık sık temizleyiniz.
- Kirlenme olduysa, kirlenen eşya ya da yüzeyi hemen temizleyiniz.
- Yumuşak gözenekli yüzeyleri (halı, perde, koltuk vb.) görünür bir kirlenme varsa deterjanla temizleyip mutlaka kurumasını sağlayınız.
- Havlu, çamaşır, çarşaf gibi tekstil ürünlerinin temizliği sırasında silkelemekten kaçınınız, bu eşyaları çamaşır makinesinde mümkün olan en sıcak ısıda (en az **60 derecede**) yıkayınız ve kurutulduktan sonra ütöleyiniz.
- Dışarıda kullandığınız kıyafetleri eve girer girmez çıkarınız, dışarıdan içeriye ayakkabı sokmayınız. Dış giysi olarak kullan-at şeklinde şeffaf yağmurluk vb. giysiler kullanabilirsiniz.
- Hasta kişilerin, kirli giysilerini eldiven kullanarak tutunuz ve ayrı olarak (mümkünse bir file içinde) mümkün olan en sıcak ısıda yıkayınız.
- Eldiveninizi çıkardıktan sonra da ellerinizi en az 20 sn süre ile su ve sabunla yıkayınız.

TEMİZLİK/DEZENFEKSİYON İÇİN!!

Günlük ev temizliğinde çamaşır suyu çözeltisi kullanabilirsiniz.

Çamaşır suyu çözeltisi hazırlamak için:

- ✓ **3 litre suya 3 yemek kaşığı** ya da **bardağın 1/3'ü kadar çamaşır suyu**
- ✓ Ya da **1 litre suya 4 çay kaşığı** çamaşır suyu ekleyerek elde edebilirsiniz.
- Kullandığınız çamaşır suyunun (üretici firmanın) uygulama ve uygun havalandırma talimatına uyunuz.





- Kullandığınız ürünün son kullanma tarihini kontrol ediniz.
- **Ev tipi çamaşır suyunu asla amonyak ya da başka bir hiçbir temizleyici ile karıştırmayınız.**
- **Alkol solüsyonu kullanacak iseniz;** En az %70 alkol içeren solüsyon ile kullandığınız yüzeyleri dezenfekte ediniz.

ETRAFINIZDA HASTA BİRİ VARSA !!

- Etrafınızda hasta biri varsa mümkünse aynı evde yaşamayınız.
- Evinizi ayırmanız mümkün değilse;
 - ✓ Bu kişiler ile tuvalet, banyo ve yatak odanızı, havlu, fırça gibi ortak kullanılan malzemeleri ayırınız.
 - ✓ Hasta olan kişinin, evde sizden ayrı olarak farklı bir odada kalmasını sağlayınız.
 - ✓ Yiyeceklerinizi ayırınız.
 - ✓ Bu kişilerin tabak, bardak, kaşık, çatal, bıçak gibi yemek yeme malzemelerini yıkarken bir eldiven kullanınız ya da bulaşık makineniz var ise makinede yıkayınız.
 - ✓ Hasta olan kişinin çöplerini ayrı bir torbada toplayınız.
 - ✓ Bu çöpler de atılırken eldiven kullanınız ve çöp torbasının ağzını sıkıca kapatınız.

YAPMANIZ GEREKEN DİĞER KORUYUCU ÖNLEMLER !!

- Çiğ meyve ve sebze tüketmeyiniz, meyve ve sebzelerinizi yemeden önce çok iyi yıkayınız.
- Et ve et ürünlerini iyi pişiriniz, çiğ olarak tüketmeyiniz.
- Dışardan gelen tüm malzemeleri buzdolabına ve raflara koymadan önce mutlaka su ve sabunlu bezle siliniz, poşetlerini atınız ve buzdolabına bu poşetlerle koymayınız.





MASKE TAKMA VE ÇIKARMA

- Tıbbi ya da cerrahi maske olarak adlandırılan maskeleri kullanabilirsiniz.
- N95 olarak adlandırılan özellikli maskeleri sizler kullanmıyorsunuz.
- Evden dışarıya çıktığınızda mutlaka tıbbi/cerrahi maske kullanınız.
- Sizinle birlikte kalan kişilere de dışarıya çıktıklarında maske kullanınız.
- Maskeyi takmadan önce ve çıkarttıktan sonra mutlaka ellerinizi yıkayınız.
- Maskeyi burnunuzu, ağzınızı ve çenenizi tamamen içine alacak şekilde takınız.
- Maskenin telli kısmını burnunuzun üzerine gelecek şekilde takınız.
- Maskenizi nemlendikten sonra tekrar kullanmamalı, atmalı ya da yıkamalısınız.

Maske bulmada zorluk yaşamamız halinde;

- E-devlet ile maske talebinde bulunabilirsiniz (PTT kargo, e-Nabız).
- Kendinize evde az hava geçiren bezlerden maske yapabilirsiniz.
- Bu maskeleri günde bir kez 40 derece deterjanlı suda 30 dk beklettikten sonra durulayıp kuruttuktan sonra ütüleyip kullanabilirsiniz.
- Bu maskeleri günde bir kez 60 derece sıcaklıkta çamaşır makinesinde yıkayıp, kuruttuktan sonra ütüleyip kullanabilirsiniz.





TNDTHD

Türk Nefroloji, Diyaliz ve
Transplantasyon Hemşireleri Derneği

TIBBİ/CERRAHİ MASKE KULLANIMI

Yeni Koronavirüs solunum yolu enfeksiyonu yapan bir virüsdür.

Hasta kişilerin öksürme veya hapşırma ile ortaya saçtığı damlacıkların ortamdaki diğer bireyler tarafından solunmasıyla, damlacıkların yapıştığı yüzeylere dokunulduktan sonra ellerin ağız, burun veya göze götürülmesiyle Yeni Koronavirüs enfeksiyonu bulaşmaktadır.

KİMLER TIBBİ MASKE KULLANMALIDIR?

- Ateş, öksürük, solunum sıkıntısı belirtilerinden birinin gelişmesi durumunda hemen tıbbi maske takarak en yakın sağlık kuruluşuna başvurun.
- Yeni Koronavirüs Hastalığı tanısı veya şüphesi olan bir kişinin bakımını yapıyorsanız mutlaka tıbbi maske takın.
- Ev izolasyonundayken çeşitli medyonlar ile dışarı çıkmak zorunda kalırsanız evden çıkarken mutlaka tıbbi maske takın.
- Ev izolasyonundayken evin ortak alanlarını (banyo, mutfak, salon vb.) kullanırken mutlaka tıbbi maske takın.

MASKE NASIL TAKILIR?

- Maskeyi takmadan önce eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanır.
- Su ve sabunun olmadığı durumlarda etler 20-30 saniye alkol içerikli el antiseptiği ile ovalanır.
- Maske, kafa kısmı dış tarafta kalacak, üst taraftaki metal perit burun köprüsünün üzerine gelecek şekilde takılır.
- Maske lastikli ise maskenin yanlarındaki lastikler kulak keçisinden geçirilerek takılır.
- Maske ipili ise maskenin üst kenarındaki ipiler kullandığınız üstünden geçirilerek başın arka kısmında bağlanır, alt kenarındaki ipiler ensede bağlanır.
- Maskenin üst tarafındaki metal perit burun köprüsünün üzerine hafifçe bastırılarak yerleştirilir.
- Maske burun, ağız ve çeneyi tamamen kapatacak, kenarlardan hava geçişine izin vermeyecek şekilde takılır.

MASKE NASIL ÇIKARILIR?

- Maske burun, ağız ve çeneyi kapayan alan, yoğun kirliyenin geçtiği ön kısmına dokunulmadan çıkarılmamalıdır.
- Lastikli ise kulak arkasındaki lastiklerden tutarak çıkarılır.
- İpili ise önce ense bölgesindeki alt ipileri, sonra başın arkasındaki üst ipileri çözülerek çıkarılır. Böylece maskenin dışı temiz engelelenmiş olur.
- Çıkarılan maske lastiklerinden veya ipilerinden tutularak çöpe atılır ve çöpün sürekli kapalı kalması sağlanır.
- Maskeyi çıkardıktan sonra eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanır.
- Su ve sabunun olmadığı durumlarda etler 20-30 saniye alkol içerikli el antiseptiği ile ovalanır.

TIBBİ MASKEYİ DOĞRU BİR ŞEKİLDE TAKMAK, ÇIKARMAK, TAKMA ÖNCESİNDE VE ÇIKARMA SONRASINDA EL HİJYENİNİ SAĞLAMAK OLDUKÇA ÖNEMLİDİR.

TIBBİ MASKE KULLANIMI SIRASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

- Tıbbi maskenin burun, ağız ve çeneyi kapayan alan en kasırla hiçbir zaman dokunulmamalıdır.
- Kazara dokunulursa eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanmalı veya alkol içerikli el antiseptiği ile ovalanmalıdır.
- Tıbbi maske kullanımı sırasında kâğıt, kumaş veya yırtılabilir malzemeyle değiştirilmemelidir.
- Tıbbi maskeler kesinlikle ortak kullanılmamalıdır.
- Kullanılmış tıbbi maskenin kullanılmadığı durumda asla tekrar kullanılmamalıdır.

“Dışarıda herkesin tıbbi maske takması zorunludur”

YENİ KORONAVİRÜS HASTALIĞI (COVID-19)

TIBBİ MASKE KULLANIMI

T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
#SaglikBakanligi

13



PERİTON DİYALİZİ HASTASI OLARAK NELERE DİKKAT EDİLMELİ?

- Evinizi ve odanızı her gün en az 30 dk havalandırınız.
- **Hem kendinizde hem de ailenizden birinde Covid-19 yeni koronavirüs (pozitif) ve/veya şüpheli kişiler ile temas ihtimaline karşı evde kalmalı ve ziyaretçi kabul etmemelisiniz.**
- Mümkünse diyaliz yaptığınız odaya kimsenin girmesine izin vermeyiniz.



- Aletli periton diyaliz cihazlarınızın temizliğini daha dikkatli yapınız.
- **Malzeme ve ilaç temininde sorunlar yaşanabilir bu nedenle en az iki haftalık ilaç, sıvı ve malzemenizi depolamanızı öneririz.** Eczanenizden reçete numarası olmadan bir aylık ilaç ve malzeme temin edebilirsiniz.
- Size yeni gelen set ve malzemeleri mümkünse üç gün kullanmayınız, hemen kullanmak zorunda iseniz dezenfektan sıvı ile dış kılıfını siliniz.
- **El Temizliğinize her zamankinden daha fazla özen gösteriniz!!!**

*El temizliğinizi daha önce periton diyaliz ünitenizde almış olduğunuz eğitime uygun teknikte ve önerilen sürelerde yıkayınız.





- Diyalize **başlarken**, sıvıları/setleri **açtıktan sonra**, **bağlantı yapmadan önce**, diyaliz **bittikten sonra**, diyaliz **sıvılarınızı attıktan sonra** mutlaka ellerinizi yıkayınız.

Alkol bazlı el temizleyicileri/el dezenfektanlarını ne zaman kullanmalısınız?

- Su ve sabun bulamadığınız zaman,
 - Bağlantı yapmadan hemen önce,
 - Bağlantıyı ayırıp yeni tek kullanımlık kapağı takmadan hemen önce kullanabilirsiniz.
- ✓ **Acil durumlar dışında hastaneye gitmeyiniz (peritonit gibi).**
- ✓ **İstenmeyen ve baş edemediğiniz durumlarda telefon ile periton diyalizi hemşirenizi arayınız.**



- Sıvı yüklenmesi belirtileri,
- Kateter çıkış yeri problemleri,
- Boşaltım problemleri,
- Baş edemediğiniz tedavi ile ilgili istenmeyen durumlar,
- **Covid-19 tanısı alırsanız hemşirenize mutlaka bilgi veriniz. !!!**





- Diyaliz sıvılarının tuvalete boşaltılması sırasında mutlaka maske ve eldiven kullanınız.
- Diyaliz sıvılarını tuvalete boşaltırken etrafa sıçramamasına dikkat ediniz, ardından çamaşır suyu dökünüz.
- Eldivenlerinizi çıkarttıktan sonra ellerinizi yıkayın ve sonrasında maskenizi çıkartınız.
- Diyaliz torba atıklarınızı ünitenizin önerdiği tıbbi atık önerilerine uygun atınız.
- COVID-19 yeni koronavirüs enfeksiyonu şüphesi varsa, çift torbaya koyunuz ve güvenli bir yerde saklayınız.





Kaynaklar

1. CDC-Centers of Disease Control and Prevention, Coronavirus Disease 2019 (COVID-19), Erişim: <https://www.cdc.gov>
2. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19), Erişim: <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/>
3. WHO-World Health Organization, www.who.int. Erişim: https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/risk-communications/hand-cleaning/handrub.jpg?sfvrsn=e9b44b62_2
4. <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/depo/afisler/COVID19-TIBBI-MASKE-KULLANIMI-29X20-2KIRIMLI-BROSUR.pdf> Erişim Tarihi: 07.04.2020
5. AST.Power2Save one transplant for life. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): FAQs for transplant candidates and recipients Erişim <https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients>
6. ECDC REPORT Guidance for social distancing measures aimed at minimising the spread of SARS-CoV-2 23 March 2020, Erişim tarihi: 07.04.2020 <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-social-distancing->
7. <https://ispd.org/strategies-covid19/> ISPD: Strategies regarding COVID-19 in PD patients Erişim Tarihi:07.04.2020



TÜRK NEFROLOJİ,
DİYALİZ VE TRANSPLANTASYON
HEMŞİRELERİ DERNEĞİ

**EV DİYALİZİ HASTALARINA
YÖNELİK COVID-19
(YENİ KORONAVİRÜS)
HASTALIĞI REHBERİ**



07.05.2020



TNDTHD

Türk Nefroloji, Diyaliz ve
Transplantasyon Hemşireleri Derneği

**COVID-19
Komisyon Üyeleri**

Başkan

Ayten KARAKOÇ

Nermin ERDOĞAN

*THD COVID-19 Komisyon Üyesi ve
Hemodiyaliz Rehberi Sorumlu Yazarı*

Yaprak SARIGÖL ORDİN

Organ Nakli Rehberi Sorumlu Yazarı

Güler NASUHBEYOĞLU

Periton Diyaliz Rehberi Sorumlu Yazarı

Fatma ERSOY

Ev Diyalizi Rehberi Sorumlu Yazarı

Gülseren PEHLİVAN

Sevel YILDIZ

Sevginar ŞENTÜRK

Tasarım

ninetasarim@gmail.com



EV DİYALİZİ HASTALARINA YÖNELİK COVID-19 (YENİ KORONAVİRÜS) HASTALIĞI REHBERİ

Bu rehber, tüm dünyayı etkisi altına alan ve çok ciddi can kaybına neden olan COVID-19 Yeni Koronavirüs Hastalığıyla mücadelede hali hazırda **Ev Diyalizi hastalarımızın** ve onlara bakım veren hasta yakınlarının, doğru bilgilendirilmesi ve gerekli korunma önlemlerini alması için Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği COVID-19 Komisyonu tarafından hazırlanmıştır.

Rehber hazırlanırken, ağırlıklı olarak Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) önerileri, uluslararası kılavuzlar ve Sağlık Bakanlığı Bilim Kurulu Kararlarından yararlanılmış, güncel ve bilimsel gelişmeler ışığında gözden geçirilmiştir.

Eşi görülmemiş bir dönemle karşı karşıyayız. Siz **Ev Diyalizinde ki hastalarımızı** dinlemek ve desteklemek için burada olduğumuzu lütfen unutmayın; yalnız değilsiniz!

Hazırlamış olduğumuz rehberde, sizin ve sevdiklerinizin sağlıklı ve güvende kalmasına yardımcı olacak bilgileri ve kaynakları, ayrıca **Sık Sorulan Sorulara** verilen yanıtlarımızı bulabilirsiniz.

Saygılarımızla
Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon
Hemşireleri Derneği
COVID-19 Komisyonu





EV DİYALİZİ HASTALARINA YÖNELİK COVID-19 (YENİ KORONAVİRÜS) HASTALIĞI REHBERİ

1. COVID-19 (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Nedir?

Yeni koronavirüs (COVID-19), ilk olarak Çin'in Wuhan şehrinde 2019 Aralık ayının son günlerinde solunum yolu belirtileri (**ateş, öksürük, nefes darlığı**) gelişen bir grup hastada yapılan araştırmalar sonucunda tanımlanan bir virüsdür.

Daha sonra bu virüs Çin Halk Cumhuriyeti'nin diğer eyaletleri ve sonrasında da tüm dünyaya yayılmıştır. Dünya Sağlık Örgütü 12 Mart 2020 tarihinde COVID-19'a bağlı ortaya çıkan koronavirüs hastalığını pandemi (salgın) olarak ilan etmiştir.

2. COVID-19'un (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Belirtileri Nelerdir?

COVID-19 koronavirüs hastalığının orta düzeyde ve şiddetli semptomları (belirtileri) vardır. Hastalık belirtileri virüse maruziyet (temas) sonrası **2-14 gün** içinde görülmektedir.

Bu Belirtiler; Ateş, koku ve tat kaybı, öksürük, grip benzeri belirtiler (kas ağrısı, yorgunluk gibi) bulantı ve kusma, ishal ve karın ağrısı, solunum sıkıntısı, şiddetli olgularda; zatürre, ağır solunum yetmezliği ve ölüm gelişebilmektedir.

3. COVID-19 (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Nasıl Bulaşır?

- **Hasta** bireylerin **öksürmeleri, aksırmaları** ile ortama saçılan **damlacıkların solunması** ile bulaşır.
- Hastaların solunum parçacıkları ile kirlenmiş yüzeylere dokunulduktan sonra **ellerin yıkanmadan yüz, göz, burun veya ağıza götürülmesi** ile de virüs alınabilir.
- Kirli ellerle **göz, burun veya ağıza temas etmek** risklidir.





4. Kimler COVID-19'un (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Şiddetli Seyretmesi Açısından Risk Grubundadır?

COVID-19 yeni bir hastalıktır ve bu hastalığın şiddetli seyretmesine neden olan risk faktörleri hakkında sınırlı bilgi vardır. Elimizde var olan bilgilere ve klinik deneyimlere göre;

COVID-19 hastalığının şiddetli seyretmesi açısından yüksek riskli hastalar;

- 65 yaş üstü insanlar
- Uzun süre huzurevinde kalan insanlar
- Ciddi sağlık sorunu olan herhangi bir yaş döneminde olan kişiler
- Astım ya da kronik akciğer hastalığı olanlar
- Ciddi kalp hastalığı olanlar
- Bağışıklık sistemi baskılanmış hastalar
- Kanser tedavisi gören hastalar
- Sigara içenler
- Kemik iliği ya da organ nakli olan hastalar
- İyi kontrol edilememiş AIDS hastaları
- Uzun süre kortizon ya da bağışıklık sistemini baskılayan ilaç kullanan hastalar
- Beden kitle indeksi 40 ve üstü olan kişiler (şişman hastalar)
- Diyabeti (şeker hastalığı) olan hastalar
- **Kronik böbrek yetmezliği olan ve diyaliz tedavisi alan hastalar**
- Karaciğer hastalığı olan hastalar
- Organ yetmezliği olan hastalar.





5. COVID-19 Hastalığından Korunmak İçin Neler Yapılmalıdır?

- Henüz COVID-19 Yeni koronavirüs hastalığı için koruyucu bir aşı yoktur.
- En iyi korunma yöntemi virüse maruziyetten (temastan) kaçınmaktır.
- Bu virus insandan insana bulaşmaktadır.
- Covid-19 Yeni koronavirüs hastalığından kendinizi ve başkalarını nasıl koruyabileceğiniz konusunda Sağlık Bakanlığı, Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü ve hekiminiz/hemşireniz tarafından verilen bilgileri dikkatlice takip edin ve uygulayın.

KENDİNİZİ KORUMANIN BELLİ BAŞLI ADIMLARI

EVDE KALIN !!

- Gerekli durumlar dışında dışarı çıkmayınız.
- Kalabalık yerlerde kesinlikle bulunmayınız.
- Toplu taşıma kullanmayınız.
- Birlikte yaşadığınız kişiler de mecbur olmadıkça dışarı çıkmamalıdır.

ELLERİNİZİ SIK SIK YIKAYINIZ !!

- Su ve sabunla en az 20 saniye (**20'ye kadar sayarak**) el yıkayınız.
- Özellikle halka açık yerlerde bulunduktan sonra ellerinizi yıkayınız.
- Asansör, kapı kolu, wc vb. ortak kullanılan alanlara dokunduktan sonra ellerinizi su ve sabunla yeterli sürede ve sık sık yıkayınız.
- Siz ya da etrafınızdaki insanlar öksürdükten ya da aksırdıktan sonra ellerinizi yıkayınız.
- Su ve sabun yanınızda mevcut değilse, en az %70 alkol içeren el antiseptiğiyle ellerinizi ovalayınız.
- Bu antiseptik ile ellerinizin tüm yüzeyini kaplayacak şekilde elleriniz kuruyana kadar ellerinizi ovalayınız.
- Yıkanmamış elleriniz ile ağız, burun ve gözlerinize dokunmayınız.





TNDTHD

Türk Nefroloji, Diyaliz ve
Transplantasyon Hemşireleri Derneği

EL YIKAMA VE (ALKOL BAZLI) EL DEZENFEKTANLARI KULLANMA BROŞÜRÜ

El dezenfektanları nasıl kullanılmalıdır?

1a **1b**

Bir elinize avcunuzu dolduracak kadar solüsyon alarak tüm elinize yayın

2

Avuç içlerinizi ovalayın

3

Sağ el ayası sol el sırtında ve parmaklar birbirine geçerek ve sonra tam tersi şekilde

4

Avuç içleri birbirine bakacak parmaklar birbirine geçecek şekilde

5

Parmaklar kenetlenmiş ve bir elin sırtı diğer elin avuç içine bakacak şekilde

6

Sol elin başparmağı sağ elle dairesel şekilde ve tam tersi

7

Parmaklar kenetlenmiş olarak önce sol elin sonra sağ elin avuç içi dairesel hareketlerle

8

Eller su ile yıkanır

9

Tek kullanımlık kağıt havlu ile kurulanır

10

Musluk kağıt havlu ile kapatılır

8

20-30 saniye

...kurduğunda, elleriniz güvenli.

11

40-60 saniye

...artık elleriniz güvenli.

Kaynak 4. https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/risk-communications/hand-cleaning/handrub.jpg?sfvrsn=e9b44b62_2





SOSYAL MESAFE NEDİR VE NASIL KORUNULUR

Sosyal mesafe

Bireyler arasındaki fiziksel teması en aza indirmeyi ve böylece enfeksiyon olasılığını azaltmak amacıyla kullanılır.

İnsanların bulunduğu yada toplandığı yerlerden uzak durmak, toplu taşıma araçlarından (örneğin otobüs, metro, minibüs, taksi birlikte binilen araba) kaçınmak ve diğer kişilerden uzaklığı korumak (3-4 adım) anlamına gelir.

Sosyal mesafeyi korumak için kişilerle (aile bireyleriniz dahil) aranızda her zaman **3-4 adım** mesafe bırakınız ve dışarıda iseniz maskenizi takınız.

Yakın Temastan Kaçınız!!!



Kaynak 3: T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19), Erişim: 11.04.2020 <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/>

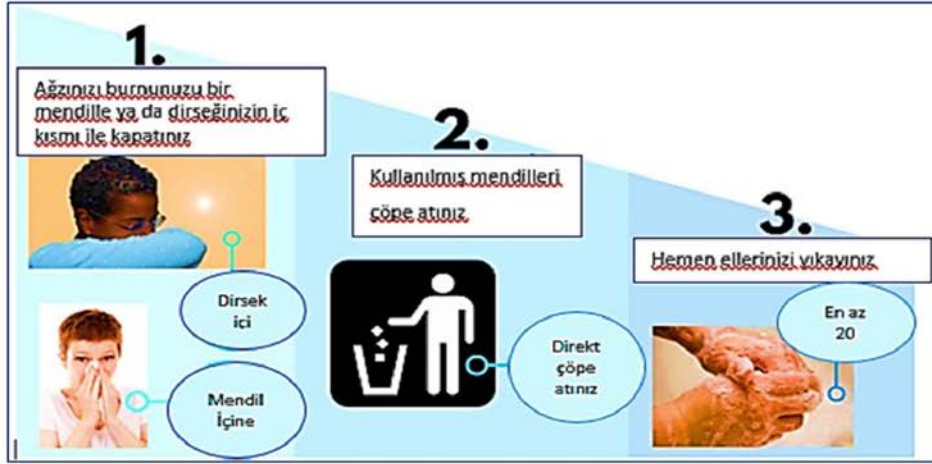
6: ECDC REPORT Guidance for social distancing measures aimed at minimising the spread of SARS-CoV-2 23 March 2020, Erişim tarihi: 07.04.2020 <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-social-distancing->





Öksürme ve Hapşırma!!

- Öksürme ve hapşırma sırasında burnunuzu ve ağzınızı tek kullanımlık kağıt mendil ile kapatınız.
- Kağıt mendiliniz yoksa dirsek içini bu amaçla kullanınız.
- Ellerinizi en kısa sürede su ve sabunla yıkayınız.
- Su ve sabun bulamıyorsanız, en az %70 alkol içeren el antiseptiği ile ellerinizi ovalayınız.



Şekil-1: 1.2 ve 3. Adımları öksürme ve hapşırmadan sonra uygulayınız.

Kaynak 7.AST.Power2Save one transplant for life. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): FAQs for transplant candidates and recipients Erişim<https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients>

MASKE KULLANIMI !!

- Tıbbi/Cerrahi maske olarak adlandırılan maskeleri kullanabilirsiniz.
- N95 olarak adlandırılan özellikli maskeleri sizler kullanmıyorsunuz.
- Evden dışarıya çıktığınızda mutlaka bu tıbbi/cerrahi maskeyi kullanınız.
- Sizinle birlikte kalan kişilerde dışarıya çıktıklarında maske kullanılmalıdır.
- Maskenin nasıl takılıp çıkarılması ile ilgili ayrıntılı bilgi aşağıda gösterilmiştir.





TNDTHD

Türk Nefroloji, Diyaliz ve
Transplantasyon Hemşireleri Derneği

TIBBİ/CERRAHI MASKE KULLANIMI

Yeni Koronavirüs solunum yolu enfeksiyonu yapan bir virüstür.

Hasta kişilerin öksürme veya hıçkırmayla ortaya saçtığı damlacıkların ortamdaki diğer bireyler tarafından solunmasıyla, damlacıkların yapıştığı yüzeylere dokunulduktan sonra ellerin ağız, burun veya göze götürülmesiyle Yeni Koronavirüs enfeksiyonu bulaşmaktadır.

KİMLER TIBBİ MASKE KULLANMALIDIR?

- Ateş, öksürük, solunum sıkıntısı belirtilerinden birinin gelişmesi durumunda hemen tıbbi maske takarak en yakın sağlık kuruluşuna başvurun.
- Yeni Koronavirüs Hastalığı tanısı veya şüphesi olan bir kişinin bakımını yapıyorsanız mutlaka tıbbi maske takın.
- Ev izolasyonundayken çeşitli meskenlere dışarı çıkmak zorunda kalırsanız evden çıkarken mutlaka tıbbi maske takın.
- Ev izolasyonundayken evin ortak alanlarını (banyo, mutfak, salon vb.) kullanırken mutlaka tıbbi maske takın.

MASKE NASIL TAKILIR?

- Maskeyi takmadan önce eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanır.
- Su ve sabunun olmadığı durumlarda eller 20-30 saniye alkol içerikli el antiseptiği ile ovulur.
- Maske, katı kısmı dış tarafta kalacak üst taraftaki metal şerit burun köprüsünün üzerine gelecek şekilde takılır.
- Maske lastikli ise maskenin yanlarındaki lastikler kulak geçişinden geçirilerek takılır.
- Maske ipli ise maskenin üst kenarlarındaki ipler kulakların üstünden geçirilerek başın arka kısmında bağlanır, alt kenarlarındaki ipler ensede bağlanır.
- Maskenin üst tarafındaki metal şerit burun köprüsünün üzerine hafçe bastırılarak yerleştirilir.
- Maske burun, ağız ve çene için tamamen kapatacak, kenarlardan hava geçmesine izin vermeyecek şekilde takılır.

MASKE NASIL ÇIKARILIR?

- Maske burun, ağız ve çene için alan, yoğun kütlenin gerçekleştiği ön kısmına dokunulmadan çıkarılmalıdır.
- Lastikli ise kulak arkasındaki lastiklerden tutarak çıkarılır.
- İpli ise önce ense bölgesindeki alt ipleri, sonra başın arkasındaki üst ipleri çözülerek çıkarılır. Böylece maskenin düşmesi engellenmiş olur.
- Çıkarılan maske lastiklerinden veya iplerinden tutularak çöpe atılır ve çöplük sürekli kapalı kalması sağlanır.
- Maskeyi çıkardıktan sonra eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanır.
- Su ve sabunun olmadığı durumlarda eller 20-30 saniye alkol içerikli el antiseptiği ile ovulur.

TIBBİ MASKEYİ DOĞRU BİR ŞEKİLDE TAKMAK, ÇIKARMAK, TAKMA ÖNCESİNDE VE ÇIKARMA SONRASINDA EL HİJYENİNİ SAĞLAMAK OLDUKÇA ÖNEMLİDİR.

TIBBİ MASKE KULLANIMI SIRASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

- Tıbbi maskenin burun, ağız ve çene için alan kısmına hiçbir zaman dokunulmamalıdır.
- Kazara dokunulursa eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkanmalı veya alkol içerikli el antiseptiği ile ovulmalıdır.
- Tıbbi maske kullanım sırasında kütaneler, nemliler veya yeller soğ mutlaka yenisiyle değiştirilmelidir.
- Tıbbi maskeler kesinlikle ortak kullanılmamalıdır.
- Kullanılmış tıbbi maskenin kesinlikle dışarıya atılmaması, asla tekrar kullanılmamalıdır.

YENİ KORONAVİRÜS HASTALIĞI (COVID-19)

TIBBİ MASKE KULLANIMI

“Dışarıda herkesin tıbbi maske takması zorunludur”

T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
/SağlıkBakanligi

QR kodu: /SağlıkBakanligi



TEMİZLİK VE DEZENFEKSİYON!!

- Dokunduğunuz her yeri gün içinde sık sık deterjanla temizleyiniz.
- **Gün içinde en fazla dokunulan yerler;** Masa, sandalye, koltuk, kapı kolları, ışık prizi, anahtarlık, tezgahlar, telefonlar, tuvaletler, lavabolar, musluklar, kumandalar vb. yerleri sık sık temizleyiniz.
- Kirlenme olduysa kirlenen eşya ya da yüzeyi hemen temizleyiniz.
- Yumuşak gözenekli yüzeyleri (halı, perde, koltuk vb.) görünür bir kirlenme varsa deterjanla temizleyiniz. Mutlaka kurumasını sağlayınız.
- Havlu, çamaşır, çarşaf gibi tekstil ürünlerinin temizliği sırasında silkelemekten kaçınınız, bu eşyaları çamaşır makinesinde mümkün olan en sıcak ısıda (**en az 60 derecede**) yıkayınız ve kuruttuktan sonra ütöleyiniz.
- Dışarıda kullandığınız kıyafetleri eve girer girmez çıkarınız, dışarıdan içeriye ayakkabı sokmayınız. Dış giysi olarak kullan-at şeklinde şeffaf yağmurluk vb. giysiler kullanabilirsiniz.
- Hasta kişilerin, kirli giysilerini eldiven kullanarak tutunuz ve ayrı olarak (mümkünse bir file içinde) mümkün olan en sıcak ısıda yıkayınız.
- Eldiveninizi çıkardıktan sonra da ellerinizi en az 20 sn süre ile su ve sabunla yıkayınız.

TEMİZLİK/DEZENFEKSİYON İÇİN !!

Günlük ev temizliğinde çamaşır suyu çözeltisi kullanabilirsiniz.

Çamaşır suyu çözeltisi hazırlamak için:

- ✓ **3 litre suya 3 yemek kaşığı** ya da **bardağın 1/3'ü kadar çamaşır suyu**
- ✓ Ya da **1 litre suya 4 çay kaşığı** çamaşır suyu ekleyerek elde edebilirsiniz.





- Kullandığınız çamaşır suyunun (üretici firmanın) uygulama ve uygun havalandırma talimatına uyunuz.
- Kullandığınız ürünün son kullanma tarihini kontrol ediniz.
- **Ev tipi çamaşır suyunu asla amonyak ya da başka bir hiçbir temizleyici ile karıştırmayınız.**
- **Alkol solüsyonu kullanacak iseniz;** En az %70 alkol içeren solüsyon ile kullandığınız yüzeyleri dezenfekte ediniz.

ETRAFINIZDA HASTA BİRİ VARSA !!

- Etrafınızda hasta biri varsa mümkünse aynı evde yaşamayınız.
- Evinizi ayırmanız mümkün değilse;
 - ✓ Bu kişiler ile tuvalet, banyo ve yatak odanızı, havlu, fırça gibi ortak kullanılan malzemeleri ayırınız.
 - ✓ Hasta olan kişinin, evde sizden ayrı olarak farklı bir odada kalmasını sağlayınız.
 - ✓ Yiyeceklerinizi ayırınız.
 - ✓ Bu kişilerin tabak, bardak, kaşık, çatal, bıçak gibi yemek yeme malzemelerini yıkarken bir eldiven kullanınız ya da bulaşık makineniz var ise makinede yıkayınız.
 - ✓ Hasta olan kişinin çöplerini ayrı bir torbada toplayınız.
 - ✓ Bu çöpler de atılırken eldiven kullanınız ve çöp torbasının ağzını sıkıca kapatınız.





EV DİYALİZİ HASTASI OLARAK YAPMANIZ VE DİKKAT ETMENİZ GEREKENLER

Diyaliz Merkeziniz, ev diyalizi hastalarının tedavilerine evde devam edebilmesi için ihtiyaç duydukları tüm malzemelere sahip olmaları için gereken organizasyonu sağlamaktadır.

Evde diyaliz hastasıysanız, bağlı olduğunuz hastanenin/diyaliz merkezinin sağlık personeli tarafından gerekli görüldüğü şekilde ev ziyaretleriniz planlanacaktır.

İhtiyacınız olduğunda evden ayrılmadan mümkün olduğunca destekleyici yardım veya diğer (telefonla/görüntülü görüşme) elektronik haberleşme sistemlerini kullanarak yardım almalısınız.

COVID-19 Yeni koronavirüs hastalığı olan kişilere olası teması azaltmak için, ev diyaliz hastalarının rutin takibinde değişiklik yapılması gerekebilir.

Bu nedenle salgın süresince evinizde mevcut ev diyalizi programınızı sürdürünüz, tedavinizi sürdürürken de size aşağıda sıraladığımız tavsiyelere uymanızı öneririz.

1. Öncelikli olarak belirtilerinizi takip ediniz:

Kendiniz ve evinizde yaşayan tüm aile bireyleri için;

- Günlük olarak Ateş takibi yapınız,
- Geçmeyen ve ilerleyici öksürük ,
- Nefes darlığı ,
- Göğüste baskı ya da ağrı varlığı,
- İshal,
- Uyku hali ve uyanamama gibi belirtilerin varlığı tek başına önemli olmamakla birlikte diğer belirtiler ile birleşmesi durumunda önem taşımaktadır.



*** Yukarıda sayılan belirtilerden herhangi birini hissettiğinizde mutlaka ev diyaliz hemşirenizi arayınız. !!!**

2. Mecbur kalmadıkça kalabalık ortamlara girmeyiniz:

- **İlaçlarınızı toplu temin ediniz.** Sağlık bakanlığı tarafından süresi dolan ilaçlarınızın raporları uzatılmıştır. Evinizde bulunan tüm ilaçlarınızı kontrol ediniz ve evinizden uzun süre çıkmayacak şekilde hesaplayarak doktorunuza yazdırınız. (biten ve eksilen ilaçlarınızı sayınız)
- **Aylık kan tahlilleriniz için kan numunelerinizi kargoya/diyaliz merkezinin görevlisine teslim ederken mutlaka tıbbi/cerrahi maskenizi takınız veya yakınınız ile gönderiniz.**
- **Market ve benzeri ihtiyaçlarınız için:** İhtiyaç listenizi uzun süre yetecek şekilde evden çıkmadan listeleyiniz ve mümkünse sabah erken saatlerde alışverişinizi tamamlayınız/aile bireylerinden yardım isteyiniz.
- **Olabildiğinizde tüm insanlar ile aranızda en az 3-4 adım sosyal mesafeyi koruyunuz.**
- **Toplu taşıma araçlarını kullanmamaya çalışınız,** Dışarı çıkmak zorunda kaldığınızda özel aracınız varsa aile bireylerinden yardım isteyiniz.
- **Dışarı çıktığınızda mutlaka tıbbi/cerrahi maske takınız. Dışarıda el hijyeni sağlamak için el dezenfektanı kullanınız. Evinize geldiğinizde ellerinizi yıkamayı ve tüm kıyafetlerinizi değiştirmeyi unutmayınız.**

3. Vücut direncinizi koruyunuz:

- Beslenmenize dikkat ediniz. Günde 1 portakal yarım elma kadar C vitamini içeren meyve tüketiniz.
- Günde sekiz saat uyumaya çalışınız. Yeteri kadar dinleniniz.





- Soğuktan korununuz.
- Doktorunuz önermiş ise C vitamini, B vitamini ve Folik asit kullanabilirsiniz.

4. Diyaliz malzemelerinin temizliğine dikkat ediniz:

- Hastaneden ya da diyaliz merkezinden imkânlar ölçüsünde uzun süre yetecek kadar malzeme isteyiniz.
- Malzemelerinizi evinizin içine direkt kabul etmeyiniz.
- Tüm malzemelerinizi çamaşır sulu bez ile silerek depoladığınız alana taşımamalısınız.
- Bulduğunuz ortamı her gün ve sık sık havalandırınız.

5. Diğer Öneriler

- Acil bir durum olmadıkça hastaneye ve diyaliz merkezine gitmeyiniz.
- Kontrol ya da başka bir durum için kliniğe gitmek zorundaysanız, kliniğin diyalize giriş çıkış saatleri haricindeki yoğunluğun azaldığı saatleri tercih ediniz.
- Merak ettiğiniz sorularda **Ev Diyaliz Hemşirenizi** mutlaka arayınız.
- Ev Diyaliz hastaları sık sık el hijyeni, solunum hijyeni, öksürük görgü kuralları, enfeksiyon kontrol önlemleri ve sosyal mesafenin önemi, maske kullanımı gibi COVID-19 Yeni Koronavirüs Hastalığını önlemeye yönelik tedbirler konusunda ev diyaliz hemşiresi tarafından eğitilecektir.
- Diyaliz merkezine randevuya gelmeden önce ateş ve COVID-19 Yeni Koronavirüs Hastalığı belirtileri açısından kendinizi değerlendiriniz, ateş veya herhangi bir belirtiniz mevcutsa, hemen ev diyaliz hemşirenize mutlaka bilgi veriniz, sağlık durumunuza göre ya bir sağlık kurumuna başvurunuz ya da merkeze ziyaretinizi başka bir tarihe erteleyiniz.





SIK SORULAN SORULAR

Soru: **Diyaliz Hastasıyım, sokağa çıkma yasağı ve sosyal izolasyon ile ilgili tedbirler beni etkiliyor mu?”**

Cevap: COVID-19 Hastalığının bulaşması açısından riskiniz yüksektir ve Sağlık Bakanlığının sosyal mesafe kuralı sizin içinde geçerlidir, bekleme salonunda, tedavi salonunda sizin için yapılan düzenlemelere sıkı sıkıya uymalısınız, acil durumlar dışında sokağa mecbur kalmadıkça çıkmamalısınız, mecbursanız sosyal mesafeye dikkat ediniz (3-4 adım) ve mutlaka tıbbi maskenizi takınız.

Soru: **Yüksek tansiyonum var, tansiyon ilaçlarımı kesmeli veya değiştirmeli miyim?**

Cevap: Tansiyon ilaçlarının bu hastalığın seyrini olumsuz etkilediğine dair bilgi kanıtlanmış değildir. Şu anda, belirli bir tansiyon ilaç grubunun bu hastalığı nasıl etkilediğine dair bir kanıt bulunmamaktadır. Başta tansiyon ilaçlarınız da dahil olmak üzere tüm reçeteli ilaçlarınıza diyaliz hekiminizin size reçete ettiği şekilde devam etmeniz ve ilaçlarınızı hekiminizle görüşmeden kesinlikle kesmemeniz önemlidir.

Soru: **Diyaliz hastası olarak seyahat etmemde bir sakınca var mı, kendi merkezimden başka bir diyaliz merkezine gidebilir miyim?**

Cevap: Sağlık Bakanlığının talimatları gereği Diyaliz Hastalarının bu salgın hastalık dönemi boyunca kendi tedavi gördükleri merkez dışında bir merkezde tedavi görmelerine sınırlama getirilmiştir. Sizin, ailenizin ve tedavi gördüğünüz sağlık merkezi çalışanlarının sağlığının korunması, Covid-19 Yeni Koronavirüs Hastalığının bulaşmaması adına bu sınırlama çok önemlidir. Şu an için şehirlerarası seyahatlere çok sıkı sınırlama getirilmiştir. Başka şehirlere yasağın kaldırılıp kaldırılmadığını İç İşleri Bakanlığının duyurularından takip edebilirsiniz.



Soru: Diyaliz hastası olarak Covid-19 hastalığının bana bulaşması ile ilgili çok ciddi kaygılarım var ve korkuyorum, korku ve kaygımı azaltmak için ne gibi önerileriniz olabilir?

Cevap: Bir kriz sırasında kendinizi üzgün, stresli, şaşkın, korkmuş veya kızgın hissetmeniz normaldir. Hepimizi tehdit eden bu belirsizlik durumuna eğer izin verirsek ruh sağlığımız da olumsuz etkilenecektir. Ruhsal sıkıntıların çarpıntı, terleme veya nefes alamama hissi gibi fiziksel şikayetlere de neden olabileceği unutulmamalıdır ki bunlar beklenen, normal vücut reaksiyonlarıdır.

Kendi sağlık durumunuz veya sevdiğinizlerle ilgili korkularınız ve endişeleriniz:

- Uyku ya da yemek düzeninde değişikliklere
- Uyumakta ya da konsantre olmakta zorluğa
- Kronik sağlık sorunlarının kötüleşmesine ve
- Alkol, sigara ya da diğer ilaçların kullanımının artmasına neden olabilmektedir.

Bu durumlarda güvendiğiniz insanlarla konuşmak size yardımcı olabilir.

- Ailenizle ve arkadaşlarınızla iletişim kurunuz.
- Arkadaşlarınızla sadece telefonla iletişime devam ediniz.
- Endişelerinizle tek başınıza mücadele etmeye çalışmayınız.
- Başkalarıyla iletişim kurarak onlardan da destek alınız.



SAĞLIKLI BİR YAŞAM İÇİN GENEL KURALLARA UYUN:

- 1. İyi beslenin:** Hastalığınız nedeniyle kısıtlanan yiyecekler haricinde dengeli besleniniz. Diyalizler arasında fazla kilo almamaya özen gösteriniz. Vücutta aşırı sıvı birikiminin özellikle akciğerlerde enfeksiyon riski oluşturduğunu unutmayınız.
- 2. İyi uyuyun:** Uyumadan önce zihninizi rahatlatmak için müzik dinleyin, kitap okuyun, sevdiğinizleri, geçmişteki güzel anılarınızı veya sizi mutlu edecek şeyleri düşününüz.
- 3. Egzersiz yapın:** Kalabalık ortamlardan uzak durmak, soğuktan korunmak ve kendinizi aşırı yormamak koşuluyla yürüyüş gibi hafif egzersiz yapınız, Rahatlamak için kendinize zaman ayırınız, böylece bir süre sonra yoğun duygular geçecektir.
 - Haberleri izlemeye, okumaya ya da dinlemeye mola veriniz.
 - Tekrarlayan biçimde krizi duymak ve görüntüleri görmek üzücü olabilir.
 - Normal yaşamınıza dönmek için hoşlandığınız diğer bazı etkinlikleri yapmaya çalışınız.
 - Duygularınızla başa çıkmak için sigara, alkol veya diğer ilaçlardan uzak durunuz. Bunalmış hissediyorsanız hekiminizle paylaşın ve önerilerini alınız.
 - Güvenilir kaynaklardan ve gerçek bilgiyi almaya çalışınız.
 - Makul önlemler alabilmeniz için riskinizi doğru bir şekilde belirlemenize yardımcı olacak bilgileri dikkatlice takip ediniz.
 - Gerçek dışı haberlerden uzak durunuz.
 - Sizi ve ailenizi üzecek medya yayınlarını dinlemeyiniz ve izlemeyiniz.



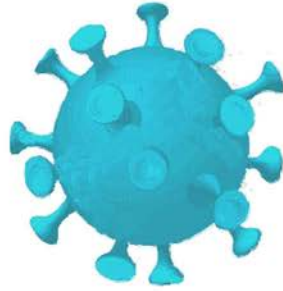
Kaynaklar

1. CDC-Centers of Disease Control and Prevention, Coronavirus Disease 2019 (COVID-19), Erişim: <https://www.cdc.gov>
2. ERA/EDTA COVID-19 guideline, Erişim: <https://www.era-edta.org/en/covid-19-news-and-information/>
3. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19), Erişim: <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/>
4. WHO-World Health Organization, www.who.int.Erişim:https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/risk-communications/hand-cleaning/handrub.jpg?sfvrsn=e9b44b62_2
5. <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/depo/afisler/COVID19-TIBBI-MASKE-KULLANIMI-29X20-2KIRIMLI-BROSUR.pdf.pdf> Erişim Tarihi: 07.04.2020
6. ECDC REPORT Guidance for social distancing measures aimed at minimising the spread of SARS-CoV-2 23 March 2020, Erişim tarihi: 07.04.2020 <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-social-distancing->
7. AST.Power2Save one transplant for life. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): FAQs for transplant candidates and recipients Erişim<https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients>
8. WHO: Coping with stress during the 2019-nCoV outbreak- https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/coping-with-stress.pdf?sfvrsn=9845bc3a_2 <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/managing-stress-anxiety.html>
9. Kidney Care UK: Managing anxiety and fear.<https://www.kidneycareuk.org/news-and-campaigns/coronavirus-advice/managing-anxiety-and-fear/>
10. Türk Psikiyatri Derneği: Koronavirüs hastalığı salgını sırasında ruh sağlığı stresle baş etme- 13 Mart 2020, <https://www.psikiyatri.org.tr/2147/koronavirus-hastaligi-salgini-sirasinda-ruh-sagligi-ve-stresle-bas-etme>
11. Kidney Care UK:<https://www.kidneycareuk.org/news-and-campaigns/coronavirus-advice/#dialysis> Erişim tarihi:07.04.2020
12. Davita Kidney Care: <https://www.davita.com/covid-19-information>



TÜRK NEFROLOJİ,
DİYALİZ VE TRANSPLANTASYON
HEMŞİRELERİ DERNEĞİ

**ORGAN NAKLİ OLAN
HASTALARA YÖNELİK
COVID-19 KORONAVİRÜS
HASTALIĞI REHBERİ**



07.05.2020



**COVID-19
Komisyon Üyeleri**

Başkan

Ayten KARAKOÇ

Nermin ERDOĞAN

*THD COVID-19 Komisyon Üyesi ve
Hemodiyaliz Rehberi Sorumlu Yazarı*

Yaprak SARIGÖL ORDİN

Organ Nakli Rehberi Sorumlu Yazarı

Güler NASUHBEOĞLU

Periton Diyaliz Rehberi Sorumlu Yazarı

Fatma ERSOY

Ev Hemodiyalizi Rehberi Sorumlu Yazarı

Gülseren PEHLİVAN

Sevel YILDIZ

Sevginar ŞENTÜRK

Tasarım

ninetasarim@gmail.com



ORGAN NAKLİ OLAN HASTALARA YÖNELİK COVID-19 KORONAVİRÜS HASTALIĞI REHBERİ

Bu rehber, tüm dünyayı etkisi altına alan ve çok ciddi can kaybına neden olan COVID-19 Yeni Koronavirüs Hastalığıyla mücadelede hali hazırda **Organ Nakli Olmuş hastalarımızın** ve onlara bakım veren hasta yakınlarının, doğru bilgilendirilmesi ve gerekli korunma önlemlerini alması için Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon Hemşireleri Derneği COVID-19 Komisyonu tarafından hazırlanmıştır.

Rehber hazırlanırken, ağırlıklı olarak Dünya Sağlık Örgütü'nün (DSÖ) önerileri, uluslararası kılavuzlar ve Sağlık Bakanlığı Bilim Kurulu Kararlarından yararlanılmış, güncel ve bilimsel gelişmeler ışığında gözden geçirilmiştir.

Eşi görülmemiş bir dönemle karşı karşıyayız. Siz **Organ Nakli olmuş hastalarımızı** dinlemek ve desteklemek için burada olduğumuzu lütfen unutmayın; yalnız değilsiniz!

Hazırlamış olduğumuz rehberde, sizin ve sevdiklerinizin sağlıklı ve güvende kalmasına yardımcı olacak bilgileri ve kaynakları, ayrıca **Sık Sorulan Sorulara** verilen yanıtlarımızı bulabilirsiniz.

Saygılarımızla
Türk Nefroloji, Diyaliz ve Transplantasyon
Hemşireleri Derneği
COVID-19 Komisyonu





ORGAN NAKLİ OLAN HASTALARA YÖNELİK COVID-19 KORONAVİRÜS HASTALIĞI REHBERİ

1. COVID-19 (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Nedir?

Yeni koronavirüs (COVID-19), ilk olarak Çin'in Wuhan şehrinde 2019 Aralık ayının son günlerinde solunum yolu belirtileri (**ateş, öksürük, nefes darlığı**) ile gelişen bir grup hastada yapılan araştırmalar sonucunda tanımlanan bir virüsdür.

Daha sonra bu virüs Çin Halk Cumhuriyeti'nin diğer eyaletleri ve sonrasında da tüm dünyaya yayılmıştır. Dünya Sağlık Örgütü 12 Mart 2020 tarihinde COVID-19'a bağlı ortaya çıkan koronavirüs hastalığını pandemi (salgın) olarak ilan etmiştir.

2. COVID-19'un (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Belirtileri Nelerdir?

COVID-19 koronavirüs hastalığının orta düzeyde ve şiddetli semptomları (belirtileri) vardır. Hastalık belirtileri virüse maruziyet (temas) sonrası **2-14 gün** içinde görülmektedir.

Bu Belirtiler; Ateş, koku ve tat kaybı, öksürük, grip benzeri belirtiler (kas ağrısı, yorgunluk gibi) bulantı ve kusma, ishal ve karın ağrısı, solunum sıkıntısı, şiddetli olgularda; zatürre, ağır solunum yetmezliği ve ölüm gelişebilmektedir.

3. COVID-19 (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Nasıl Bulaşır?

- **Hasta** bireylerin **öksürmeleri, aksırmaları** ile ortama saçılan **damlacıkların solunması** ile bulaşır.
- Hastaların solunum parçacıkları ile kirlenmiş yüzeylere dokunulduktan sonra **ellerin yıkanmadan yüz, göz, burun veya ağıza götürülmesi** ile de virüs alınabilir.
- Kirli ellerle **göz, burun veya ağıza temas etmek** risklidir.





4. Kimler COVID-19'un (Yeni Koronavirüs Hastalığı) Şiddetli Seyretmesi Açısından Risk Grubundadır?

COVID-19 yeni bir hastalıktır ve bu hastalığın şiddetli seyretmesine neden olan risk faktörleri hakkında sınırlı bilgi vardır. Elimizde var olan bilgilere ve klinik deneyimlere göre;

COVID-19 hastalığının şiddetli seyretmesi açısından yüksek riskli hastalar;

- 65 yaş üstü insanlar
- Uzun süre huzurevinde kalan insanlar
- Ciddi sağlık sorunu olan herhangi bir yaş döneminde olan kişiler
- Astım ya da kronik akciğer hastalığı olanlar
- Ciddi kalp hastalığı olanlar
- Bağışıklık sistemi baskılanmış hastalar
- Kanser tedavisi gören hastalar
- Sigara içenler
- **Kemik iliği ya da organ nakli olan hastalar**
- İyi kontrol edilememiş AIDS hastaları
- **Uzun süre kortizon ya da bağışıklık sistemini baskılayan ilaç kullanan hastalar**
- Beden kitle indeksi 40 ve üstü olan kişiler (şişman hastalar)
- Diyabeti (şeker hastalığı) olan hastalar
- **Kronik böbrek yetmezliği olan ve diyaliz tedavisi alan hastalar**
- Karaciğer hastalığı olan hastalar
- Organ yetmezliği olan hastalardır.

Medyada görüntülenen ölüm ya da yoğun bakımdaki hastalar ile beraber akıldan çıkarılmaması gereken durum da %80-85 oranında iyileşen hastalarımızın olduğudur.





5. COVID-19 Hastalığından Korunmak için Neler Yapılmalıdır?

- Henüz COVID-19 Yeni koronavirüs hastalığı için koruyucu bir aşı yoktur.
- En iyi korunma yöntemi virüse maruziyetten (temastan) kaçınmaktır.
- Bu virus insandan insana bulaşmaktadır.

KENDİNİZİ KORUMANIN BELLİ BAŞLI ADIMLARI

EVDE KALIN !!

- Gerekli durumlar dışında dışarı çıkmayınız.
- Kalabalık yerlerde kesinlikle bulunmayınız.
- Toplu taşıma kullanmayınız.
- Birlikte yaşadığınız kişiler de mecbur olmadıkça dışarı çıkmamalıdır.

ELLERİNİZİ SIK SIK YIKAYINIZ !!

- Su ve sabunla en az 20 saniye (**20'ye kadar sayarak**) el yıkayınız.
- Özellikle halka açık yerlerde bulunduktan sonra ellerinizi yıkayınız.
- Özellikle asansör, kapı kolu, wc vb. ortak kullanılan alanlara dokunduktan sonra ellerinizi su ve sabunla yeterli sürede ve sık sık yıkayınız.
- Siz ya da etrafınızdaki insanlar öksürdükten ya da aksırdıktan sonra ellerinizi yıkayınız.
- Eğer su ve sabun yanınızda mevcut değilse, en az %70 alkol içeren el antiseptiğiyle ellerinizi ovalayınız.
- Bu antiseptik ile ellerinizin tüm yüzeyini kaplayacak şekilde elleriniz kuruyana kadar ellerinizi ovalayınız.
- Yıkanmamış elleriniz ile ağız, burun ve gözlerinize dokunmayınız.

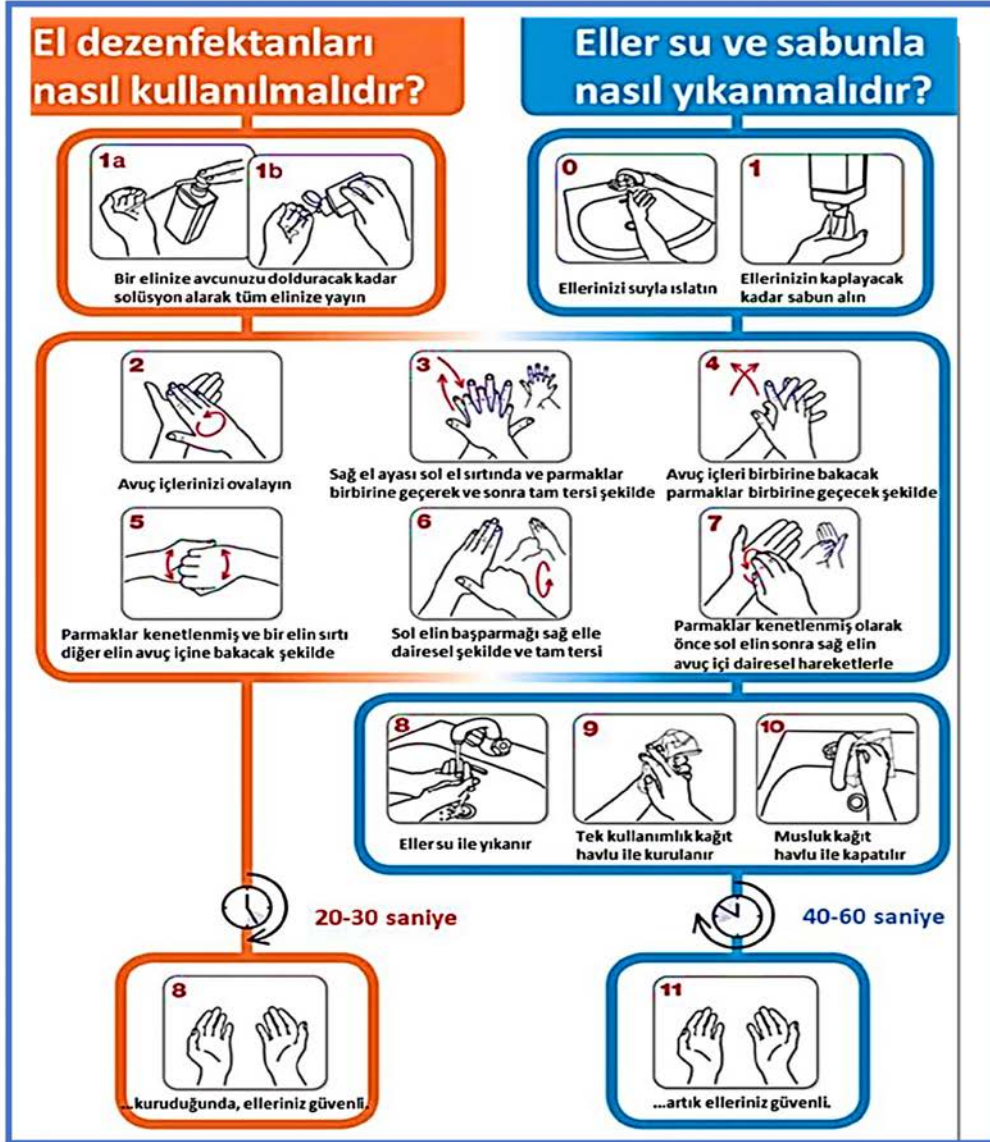




TNDTHD

Türk Nefroloji, Diyaliz ve
Transplantasyon Hemşireleri Derneği

EL YIKAMA VE (ALKOL BAZLI) EL DEZENFEKTANLARI KULLANMA BROŞÜRÜ



Kaynak: 6. https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/risk-communications/hand-cleaning/handrub.jpg?sfvrsn=e9b44b62_2





TNDTHD

Türk Nefroloji, Diyaliz ve
Transplantasyon Hemşireleri Derneği

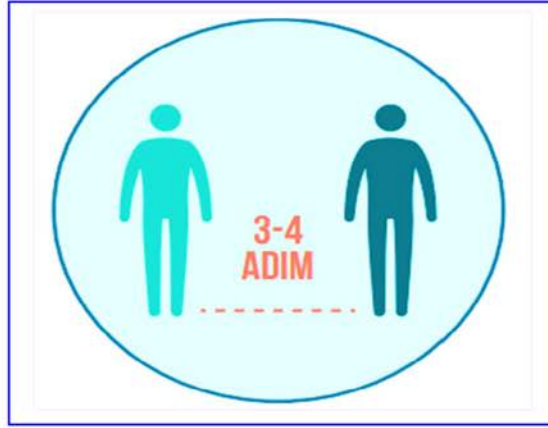
YAKIN TEMASTAN KAÇININIZ !!!

- Siz nakilli hastalarımızın nakil olduktan sonraki ilk 3 aylık döneminizde zaten yaptığınız gibi şu anda da panik yapmadan “Sosyal İzolasyon” yapmanız şart.
- Etrafınızdaki insanlar ile aranızda mesafe bırakınız (Sosyal mesafe).
- Özellikle sizin için diğer insanlar ile aranızda mesafe bırakmanız **(3-4 Adım)** çok önemlidir.
- Sosyal mesafe hakkında ki ayrıntılı bilgi aşağıda gösterilmiştir.

SOSYAL MESAFE NEDİR VE NASIL KORUNULUR

Sosyal mesafe: Çeşitli yollarla bireyler arasındaki fiziksel teması en aza indirmeyi ve böylece yeni enfeksiyon olasılığını azaltmak amacıyla kullanılır.

Sosyal mesafeyi korumak için kişilerle aranızda her zaman **3-4 adım** mesafe bırakınız ve maskenizi takınız.



Kaynak 4: T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19), Erişim: 11.04.2020
<https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/>

8: ECDC REPORT Guidance for social distancing measures aimed at minimising the spread of SARS-CoV-2 23 March 2020, Erişim tarihi: 07.04.2020
<https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-social-distancing->



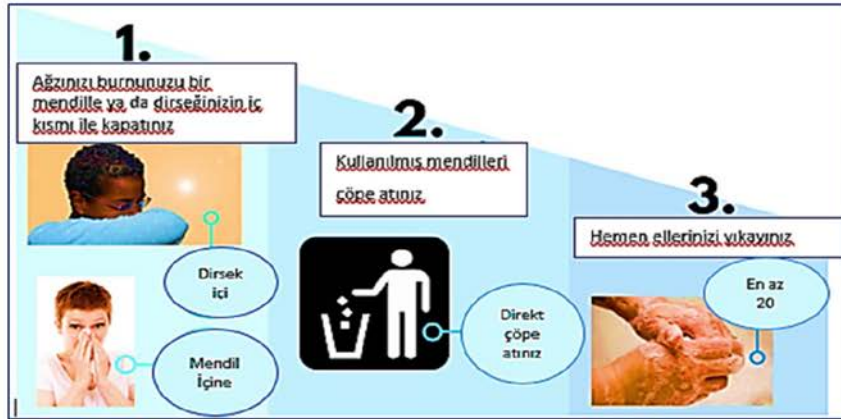


DİĞER İNSANLARI KORUMAK İÇİN !!

- Eğer hastaysanız, evde kalın ve sağlık merkezinizi arayınız.
- Cerrahi maskenizi mutlaka takınız.
- Diğer insanlar ile temasta bulunmayınız.

ÖKSÜRME VE HAPŞIRMA !!

- Öksürme ve hapşırma sırasında burnunuzu ve ağzınızı tek kullanımlık kağıt mendil ile kapatınız. Kağıt mendiliniz yoksa dirsek içini bu amaçla kullanınız.
- Ellerinizi en kısa sürede su ve sabunla yıkayınız. Su ve sabun bulamıyorsanız, en az %70 alkol içeren el antiseptiği ile ellerinizi ovalayınız.



Şekil-1: 1.2 ve 3. Adımları öksürme ve hapşırmadan sonra uygulayınız.

Kaynak: 9. AST.Power2Save one transplant for life. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): FAQs for transplant candidates and recipients Erişim<https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients>

MASKE KULLANIMI !!

- Tıbbi/Cerrahi maske olarak adlandırılan maskeleri kullanabilirsiniz.
- N95 olarak adlandırılan özellikli maskeleri sizler kullanmıyorsunuz.
- Evden dışarıya çıktığınızda mutlaka bu tıbbi/cerrahi maskeyi kullanınız.
- Sizinle birlikte kalan kişilerde dışarıya çıktıklarında maske kullanmalıdır.





TNDTHD

Türk Nefroloji, Diyaliz ve
Transplantasyon Hemşireleri Derneği

TIBBİ/CERRAHİ MASKE KULLANIM BROŞÜRÜ

Yeni Koronavirüs solunum yolu enfeksiyonu yapan bir virüstür.

Hasta kişilerin öksürme veya hapırmayla ortaya saçtığı damlacıkların ortamdaki diğer bireyler tarafından solunmasıyla, damlacıkların yapıştığı yüzeylere dokunulduktan sonra ellerin ağız, burun veya göze götürülmesiyle Yeni Koronavirüs enfeksiyonu bulaşmaktadır.

KİMLER TIBBİ MASKE KULLANMALIDIR?

- Ateş, öksürük, solunum sıkıntısı belirtilerinden birinin gelişmesi durumunda hemen tıbbi maske takarak en yakın sağlık kuruluşuna başvurun.
- Yeni Koronavirüs Hastalığı tanısı veya şüphesi olan bir kişinin bakımını yapıyorsanız mutlaka tıbbi maske takın.
- Ev izolasyonundayken çeşitli nedenlerle dışarı çıkmak zorunda kalırsanız evden çıkarken mutlaka tıbbi maske takın.
- Ev izolasyonundayken evin ortak alanlarına (banyo, mutfak, salon vb.) kullanırken mutlaka tıbbi maske takın.

MASKE NASIL TAKILIR?

- Maskeyi takmadan önce eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkayın.
- Su ve sabunun olmadığı durumlarda eller 20-30 saniye alkol içerikli el antiseptiği ile ovalanır.
- Maske, kafa kısmı dış tarafta kalacak, üst taraftaki metal şerit burun köprüsünün üzerine gelecek şekilde takılır.
- Maske lastikli ise maskenin yanlarındaki lastikler kulak geçişinden geçirilerek takılır.
- Maske ipli ise maskenin üst kenarındaki ipler kulakların üstünden geçirilerek başın arka kısmında bağlanır, alt kenarındaki ipler ensede bağlanır.
- Maskenin üst tarafındaki metal şerit burun köprüsünün üzerine hafifçe bastırarak yerleştirilir.
- Maske burun, ağız ve çeneyi tamamen kapatacak, kenarlardan hava geçişine izin vermeyecek şekilde takılır.

MASKE NASIL ÇIKARILIR?

- Maske burun, ağız ve çeneyi içine alan, yoğun kirlenmenin gerçekleştiği ön kısmına dokunulmadan çıkarılmalıdır.
- Lastikli ise kulak arkasındaki lastiklerden tutarak çıkarılır.
- İpli ise önce ense bölgesindeki alt ipleri, sonra başın arkasındaki üst ipleri gözükerek çıkarılır. Böylece maskenin düşmesi engellenmiş olur.
- Çıkarılan maske lastiklerinden veya iplerinden tutularak çöpe atılır ve çöpün sürekli kapalı kalması sağlanır.
- Maskeyi çıkardıktan sonra eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkayın.
- Su ve sabunun olmadığı durumlarda eller 20-30 saniye alkol içerikli el antiseptiği ile ovalanır.

TIBBİ MASKEYİ DOĞRU BİR ŞEKİLDE TAKMAK, ÇIKARMAK, TAKMA ÖNCESİNDE VE ÇIKARMA SONRASINDA EL HİJYENİNİ SAĞLAMAK OLDUKÇA ÖNEMLİDİR.

TIBBİ MASKE KULLANIMI SIRASINDA DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

- Tıbbi maskenin burun, ağız ve çeneyi içine alan ön kısmına **hiçbir zaman dokunulmamalıdır.**
- Kazara dokunulursa eller en az 20 saniye, su ve normal sabunla yıkamalı veya alkol içerikli el antiseptiği ile ovalanmalıdır.
- Tıbbi maske kullanırken gözünde kızamık, nemlilik veya yollar su **mutlaka yerleşikle değiştirilmelidir.**
- Tıbbi maskeler **keskinlikle ortak kullanılmamalıdır.**
- Kullanılmış tıbbi maskenin kirlenmediği dışarıya **asla tekrar kullanılmamalıdır.**

“Dışarıda herkesin tıbbi maske takması zorunludur”

YENİ KORONAVİRÜS HASTALIĞI (COVID-19)

TIBBİ MASKE KULLANIMI

T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
/SağlıkBakanligi

10



TEMİZLEME VE DEZENFEKSİYON !!

- Dokunduğunuz her yeri gün içinde sık sık deterjanla temizleyiniz.
- **Gün içinde en fazla dokunulan yerler;** Masa, sandalye, koltuk, kapı kolları, ışık prizi, anahtarlık, tezgahlar, telefonlar, tuvaletler, lavabolar, musluklar, kumandalar vb. yerleri sık sık temizleyiniz.
- Eğer kirlenme olduysa kirlenen eşya ya da yüzeyi hemen temizleyiniz.
- Yumuşak gözenekli yüzeyleri (halı, perde, koltuk vb.) görünür bir kirlenme varsa deterjanla temizleyiniz. Mutlaka kurumasını sağlayınız.
- Havlu, çamaşır, çarşaf gibi tekstil ürünlerinin temizliğinde, öncelikle bu eşyaları silkelemeyiniz, bu eşyaları çamaşır makinesinde mümkün olan en sıcak ısıda (**en az 60 derecede**) yıkayınız. Mutlaka kurumasını sağlayınız ve ütöleyiniz.
- Dışarıda kullandığınız kıyafetleri eve girmeden önce kapının dışında çıkarınız, dışarıdan içeriye ayakkabı sokmayınız. Bu kıyafetler konusunda üstünüze kullan-at şeklinde şeffaf yağmurluk vb. giysiler kullanabilirsiniz.
- Eğer hasta olan kişilerin eşyalarını yıkayacaksınız bu eşyaları bir eldivenle tutunuz ve ayrı olarak (mümkünse bir file içinde) mümkün olan en sıcak ısıda yıkayınız.
- Eldiveninizi çıkardıktan sonra da ellerinizi en az 20 sn süre ile su ve sabunla yıkayınız.

TEMİZLİK/DEZENFEKSİYON İÇİN !!

- * Günlük ev temizliğinde çamaşır suyu çözültisi kullanabilirsiniz.

Çamaşır suyu çözültisi hazırlamak için:

- ✓ **3 litre suya 3 yemek kaşığı** ya da **bardağın 1/3'ü kadar çamaşır suyu**
- ✓ Ya da **1 litre suya 4 çay kaşığı** çamaşır suyu ekleyerek elde edebilirsiniz.





- Kullandığınız çamaşır suyunun (üretici firmanın) uygulama ve uygun havalandırma talimatına uyunuz.
- Kullandığınız ürünün son kullanma tarihini kontrol ediniz.
- **Ev tipi çamaşır suyunu asla amonyak ya da başka bir hiçbir temizleyici ile karıştırmayınız.**
- **Alkol solüsyonu kullanacak iseniz;** En az %70 alkol içeren solüsyon ile kullandığınız yüzeyleri dezenfekte ediniz.

ETRAFINIZDA HASTA BİRİ VARSA !!

- Etrafınızda hasta biri varsa mümkünse aynı evde yaşamayınız.
- Evinizi ayırmanız mümkün değilse;
 - ✓ Bu kişiler ile tuvalet, banyo ve yatak odanızı, havlu, fırça gibi ortak kullanılan malzemeleri ayırınız.
 - ✓ Hasta olan kişinin, evde sizden ayrı olarak farklı bir odada kalmasını sağlayınız.
 - ✓ Yiyeceklerinizi ayırınız.
 - ✓ Bu kişilerin tabak, bardak, kaşık, çatal, bıçak gibi yemek yeme malzemelerini yıkarken bir eldiven kullanınız ya da bulaşık makineniz var ise makinede yıkayınız.
 - ✓ Hasta olan kişinin çöplerini ayrı bir torbada toplayınız.
 - ✓ Bu çöpler de atılırken eldiven kullanınız ve çöp torbasının ağzını sıkıca kapatınız.

YAPMANIZ GEREKEN DİĞER KORUYUCU ÖNLEMLER !!

- Çiğ meyve ve sebze tüketmeyiniz, meyve ve sebzelerinizi yemeden önce çok iyi yıkayınız.
- Et ve et ürünlerini iyi pişiriniz. Çiğ olarak tüketmeyiniz.
- Dışardan gelen tüm malzemeleri buzdolabına ve raflara koymadan önce mutlaka su ve sabunlu bezle siliniz, poşetlerini atınız ve buzdolabına bu poşetlerle koymayınız.





TNDTHD

Türk Nefroloji, Diyaliz ve
Transplantasyon Hemşireleri Derneği

- **Yanınızda en az iki haftalık ilacınızın olduğundan emin olunuz.**
- İlaçlarınız için öncelikle eczanenizi arayınız.
- Eczacınıza kullandığınız ilaçlarınızın mevcut olup olmadığını sorunuz.
- İlaçlarınızı almak için kalabalık ortamlara girmeyiniz.
- Eczacınızdan ilaçları size ulaştırmasını talep edebilirsiniz ya da aile bireylerinizden gerekli önemleri alarak ilaçlarınızı eczaneden almasını isteyebilirsiniz.

BAĞIŞIKLIK SİSTEMİNİZİ GÜÇLENDİRMEK İÇİN NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- Düzenli uyuyunuz.
- Sağlıklı ve dengeli beslenmeye devam ediniz.
- Organ nakli ekibinizin size önerdiği miktarda su tüketiniz.
- **Organ nakli ilaçlarınızı organ nakli ekibinizin önerdiği saat ve dozda almaya devam ediniz.!!**
- **Organ nakil ekibinize danışmadan destek hiç bir ilaç almayınız.!!**

SIK SORULAN SORULAR

1) ORGAN NAKİL MERKEZLERİNDE RUTİN KONTROLLERİMİ NASIL YAPTIRMALIYIM?

Her organ nakli bekleyen ya da organ nakli olmuş hastanın rutin kontrolleri vardır. Bu salgın hastalık sürecinde sizleri korumak için hastalığın bulaşması açısından riskli yerler olan hastanelere gitmeyiniz.





BU NEDENLE AŞAĞIDA Kİ HUSUSLARA DİKKAT EDİNİZ;

- Salgın öncesi zamanlarda size verilmiş olan kontrol randevusuna gidip gitmeyeceğiniz hakkında mutlaka merkezinizin organ nakil sorumlusunu arayınız.
- Organ nakli merkezinizle, rutin bakımınız konusunda telefonla danışmanlık alabilirsiniz.
- Hastalık belirtileri görüldüğünü düşünüyorsanız (yukarıda bilgi verilmiştir) mutlaka organ nakli merkezinizi arayınız.
- Ateş ya da nefes darlığı probleminiz varsa mutlaka organ nakil merkezinizi arayınız.
- Bir sağlık sorunu geliştiğini düşünüyorsanız mutlaka organ nakli merkezinizi arayınız.
- Nakil merkezimize bilgi vermeden bir sağlık kuruluşuna ya da kendi nakil merkezimize gitmeyiniz.
- **Organ nakli merkezinizle görüşmeden herhangi bir sağlık kuruluşuna gitmeyiniz!!**
- Mesai saatleri dışında sizde bir sağlık sorunu oluştuysa 112'yi arayınız. 112 personelinen konu ile ilgili danışmanlık alınız.

2) İLAÇLARIMDA HERHANGİ BİR DEĞİŞİKLİK YAPMAM GEREKİR Mİ?

Organ nakli ekibinize danışmadan asla ilaçlarınızda değişiklik yapmayınız!!

İlaçlarınızı doğru şekilde kullanmanız hem organınızı korumanız hem de COVID-19 koronavirüs hastalığına karşı kendinizi korumanız açısından son derece önemlidir.





Kaynaklar

1. CDC-Centers of Disease Control and Prevention, Coronavirus Disease 2019 (COVID-19), Erişim: <https://www.cdc.gov/>
2. Transplantation Global Transplantation COVID Report, Erişim: www.tts.org/txcovid19
3. ERA/EDTA COVID-19 guideline, Erişim: <https://www.era-edta.org/en/covid-19-news-and-information/>
4. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19), Erişim: <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/>
5. AST-American Society of Transplantation, Coronavirus disease 2019 (COVID-19): frequently asked questions from transplant candidates and recipients, Erişim: https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients?utm_campaign=website&utm_source=Weekly%20Digest&utm_medium=EmailWHO-World%20Health%20Organization , www.who.int
6. WHO-World Health Organization, www.who.int. Erişim: https://www.who.int/images/default-source/health-topics/coronavirus/risk-communications/hand-cleaning/handrub.jpg?sfvrsn=e9b44b62_2
7. <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/depo/afisler/COVID19-TIBBI-MASKE-KULLANIMI-29X20-2KIRIMLI-BROSUR.pdf.pdf> Erişim Tarihi: 07.04.2020
8. ECDC REPORT Guidance for social distancing measures aimed at minimising the spread of SARS-CoV-2 23 March 2020, Erişim tarihi:07.04.2020 <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-social-distancing->
9. AST.Power2Save one transplant for life. Coronavirus disease 2019 (COVID-19): FAQs for transplant candidates and recipients Erişim <https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplant-candidates-and-recipients>

Kaynaklar

1. WHO-World Health Organization, WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard Erişim: <https://covid19.who.int/>
2. CDC-Centers of Disease Control and Prevention, Coronavirus Disease 2019 (COVID-19), Erişim: <https://www.cdc.gov>
3. Transplantation Global Transplantation COVID Report, Erişim: www.tts.org/txcovid19
4. The Transplant Society, COVID-19 Coronavirus Dashboard, Erişim: <https://tts.org/11-tts/news/692-tts-coronavirus>
5. ERA/EDTA COVID-19 guideline, Erişim: <https://www.era-edta.org/en/covid-19-news-and-information/>
6. T.C. Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü Yeni Koronavirüs Hastalığı (COVID-19), Erişim: <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/>
7. AST-American Society of Transplantation, Coronavirus disease 2019 (COVID-19): frequently asked questions from transplant candidates and recipients, Erişim: <https://www.myast.org/coronavirus-disease-2019-covid-19-frequently-asked-questions-transplantcandidates-and-recipients>
8. <https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/depo/afisler/COVID19-TIBBI-MASKEKULLANIMI-29X20-2KIRIMLI-BROSUR.pdf.pdf> Erişim Tarihi: 07.04.2020
9. ECDC REPORT Guidance for social distancing measures aimed at minimising the spread of SARS-CoV-2 23 March 2020, Erişim tarihi:07.04.2020 <https://www.ecdc.europa.eu/sites/default/files/documents/covid-19-social-distancing->