

Koronavirüs (COVID-19) hakkında önemli bilgiler

1. Koronavirüsü nasıl bulaşır?

Virüs insandan insana bulaşır. Bulaşma özellikle öksürük, hapşırık veya birisiyle tokalaşma yoluyla gerçekleşir.

2. Bir kişide virüsün olup olmadığı nereden anlaşılır?Eğer bir kişide Koronavirüsü varsa, örneğin öksürük, burun akıntısı, boğaz ağrısı ve ateş gibi belirtilere neden olur. Belirtileri gribe çok benzemektedir. Bazı kişilerde ishal de görülmektedir. Bazı hastaların durumu diğerlerine göre daha kötü olur. Bu kişilerde nefes darlığı ve akciğer enfeksiyonu ortaya çıkar.

Virüs bulaştıktan sonra ilk hastalık belirtilerinin ortaya çıkması 14 güne kadar varabilmektedir.

3. Koronavirüsü neden tehlikelidir?

Çoğu kişide Koronavirüsü'ne bağlı rahatsızlık hafif seyreder. Fakat enfekte olmuş kişilerin yüzde 15'inde hastalık daha ağır seyreder. Bu kişilerde nefes darlığı ve akciğer enfeksiyonu da görülür. Bugüne kadar, virüsten dolayı öncelikle yaşlı hastalar ile daha önceden bir hastalığı olan kişiler ölmüştür.

4. Hastalık belirtileri ortaya çıktığında ne yapmalıyım?

Ateş, öksürük veya nefes darlığı şikayetleri olanlar ve viral enfeksiyonu olan kişilerin bulunduğu bir bölgede yaşayanlar, bir doktoru arayıp randevu alması gerekir.

Ateş, öksürük ve nefes darlığı şikayetleri olanların diğer kişilerle olabildiğince az temas kurması gerekir. Diğer kişilerle aranızda en azından 1,5 veya 2 metre mesafe bırakın.

Eğer mümkünse evinizde veya odanızda kalın. Kolunuzun dirsek kısmına doğru veya bir kağıt mendile öksürün veya hapşırın ve bu mendili daha sonra hemen çöpe atın. Ellerinizi sıkça ve iyice yıkayın (özellikle tuvaletten sonra ve yiyecek hazırlamadan önce).

5. Enfekte olmuş kişiler ile temasının olması halinde ne yapmalıyım?

Koronavirüsü bulunan bir kişi ile kişisel temasta bulduysanız doktorunuzu veya bulunduğunuz yerdeki sağlık müdürlüğünü (Gesundheitsamt) arayın ve durumunuzu haber verin. Aynı anda pek çok kişinin araması durumunda hatlar meşgul olabilir. Böyle bir durumda lütfen 030 346 465 100 nolu telefondan Federal Sağlık Bakanlığı'nı (Bundesministerium für Gesundheit) arayın. Danışmanlık hizmeti sadece Almanca dilinde sunulmaktadır. Geçici veya toplu konaklama yerlerinde yaşıyorsanız hızlı bir şekilde bulunduğunuz kurumun yönetimine veya sizden sorumlu kişiye haber verin. Örneğin devam ettiğiniz okula, dil kursuna, mesleki eğitim yerine veya iş yerinize de haber veriniz.

Ayrıca enfekte olan bir kişiyle temasınız olduysa, evde 14 günlük izolasyona tabisiniz. Enfekte olan kişiyle en son temasınız olduğu günden itibaren evde kalmalısınız.

6. Koronavirüsü gündelik yaşamı ve kamusal hayatı nasıl etkiler?

- Herkes kamusal alanda en az 1,5 metre mesafe kuralına uymalı. Bu kural aynı evde yaşayan insanlar için geçerli değildir. Ayrıca iki farklı haneden kişiler 1,5 metrelik mesafeyi korumak zorunda kalmadan kamusal alanda veya evlerinde buluşabilir.
- Farklı hanelerden en fazla beş kişi evde bir araya gelebilir veya sadece iki farklı haneden kişiler evde bir araya gelebilir. Bu kural haziran başında gevşetilebilir.
- Almanya genelinde dükkânlarda ağız ve burnu örten bir yüz maskesi veya bir eşarp takmak zorunlu.
- Eğer bir dükkânda çok fazla kişi bulunuyorsa içeri girmeden önce beklemeniz gerekebilir.
- Toplu taşıma araçları (tren, tramvay, otobüs) kullanıyorsanız ağızınızı ve burnunuzu örten bir yüz maskesi veya bir eşarp takmak zorundasınız. Bu kural otobüs durağında veya peronda beklerken de geçerlidir.
- Bir çok spor sahaları, spor salonları ve yüzme havuzları kapalı kalacaktır. Oyun parkları tekrardan halka açıldı, fakat top oynama yerleri kapalı kalacak. Fiziksel teması olmayan sporlara izin verilmektedir. Ayrıca 1,5 metrelik mesafeyi koruduğunuz sürece diğer kişilerle beraber spor yapabilirsiniz.
- Bar, gece kulüpleri, birahaneler, tiyatrolar, opera ve konser salonları, sinemalar (araba sineması buna dahil değil), eğlence parkları ve genelevleri kapalı kalacak. Müzeler, sergi salonları, anıt yerleri ve hayvanat bahçeleri tekrardan açıldı.
- Güzellik merkezleri, tırnak bakım stüdyoları ve kuaförler açıktır. Ancak hijyen kurallarına uygun olarak hizmet sunmalılar. Yeni kurallar gereğince örneğin kuaförlerde çalışanların maske takması zorunlu.
- Restoranlar ve büfeler tekrardan açıldı. Ancak belirli kurallar vardır. Öncelikle müşteriler sosyal mesafeyi korumalıdır. Bunun yanı sıra, bir enfeksiyon durumunda orada bulunan müşterilerle daha sonradan irtibata geçmek için, işletmeler müşterilerin adını, soyadını ve adresini kayıt altına almalı.
- Kiliselerde, camilerde ve sinagoglarda tekrardan dini ibadatlara izin verilmektedir. Ancak insanlar arasında en az 1,5 metrelik mesafe bırakılmak zorunda. Diğer güvenlik önlemleri dini topluluklar tarafından belirlenir.
- Almanya içi seyahat kısıtlamaları gevşetildi. Başka Avrupa ülkelerine seyahat etme olasılığı bekleniliyor, ancak bu durum ülkeden ülkeye değişti için yetkili yerlerden bilgi alınmalı.
- Çocukların yüzde ellisi için anaokulları ve çocuk gündüz bakım evleri (Kita) açıktır. Ayrıca çocuklar acil bakım hizmetinden faydalanabilirler. Çocuklarınızın acil bakım hizmetine kabul edilip edilemeyeceğini bulduğunuz konaklama yerine ve oradaki sosyal hizmet uzmanına danışabilirsiniz.
- Okullar kısmen açıktır, ancak sınıflar arasında farklı kurallar geçerlidir. Bu konu hakkında henüz bilgilendirilmediyseniz çocuğunuzun okulundan gerekli bilgileri alabilirsiniz.
- Pantekot tatilinden sonra (15 Haziran) okullarda eğitim tekrardan başlayacak, ancak dersler muhtemelen küçük gruplarda ve değişik günlerde yapılacak.
- Üniversitelerde dersler bir sonraki duyuruya kadar dijital ortamda devam edecek.
- Hastahanelere ve huzurevlerine ziyaretçi alımı konusunda tedbirler gevşetildi. Daha ayrıntılı bilgiyi oradan sorup öğrenebilirsiniz.

- Çocuklar gizli virüs taşıyıcıları olabildikleri için büyükanneleri ve büyükbabaları tarafından bakılmamalıdır.
- İşverenler çalışanlarına Homeoffice (evden çalışma) ve fazla mesai saatlerini azaltma gibi imkanlar sağlamalı.
- Virüs halâ tehlikelidir ve yayılması daha devam etmektedir. Bu nedenle dikkatli olunuz ve sosyal mesafeyi koruyunuz.

Kurallara uymayanlar polis ve zabıta (Ordnungsbehörde) tarafından para cezasına çarptırılabilir.

7. Resmi dairelerden hâlâ randevu alabiliyordum?

Birçok şehirde, belediyede ve ilçede resmi daireler açılıyor ancak sınırlı hizmet kapsamında. Eğer acil olarak hal etmeniz gereken bir durum var ise, öncelikle yetkili daireyi aramanız gerekir. Ayrıca web sitesinden gerekli bilgileri bulabilirsiniz.

8. Ev Karantinası ne demek?

Ailenizden bir bireye veya size Korona teşhisi koyulduysa ailenizle birlikte evinizde karantinaya alınacaksınız. Bu demektir, 14 gün süresince evinizden / odanızdan (ayrı banyo ve tuvalet var ise) çıkmamalısınız. Bu çok zor bir durumdur ve özellikle çocukları da etkiliyor. Bu süre zarfında sakin olmanız ve akrabalarınızla ve arkadaşlarınızla telefonda iletişim halinde kalmanız önemlidir. Bunun yanı sıra karantina esnasında birçok sunular internette bulunmaktadır: spor ve müzik yapmak için videolar, çocuklar için oyun aktiviteleri veya online ibadet.

Bulduğunuz konaklama yerinde başka biri enfekte olduğu ise, konaklama yerinin tamamı veya bir kısmı karantinaya alınabilir. Böyle bir durumda, diğer ev sakinleri ile birlikte kurumun yönetimine hangi taleplerde bulunmak istediğinizi düşünebilirsiniz. Örneğin, konaklama yerinde ücretsiz Wi-Fi talep edebilirsiniz. Ayrıca karantina durumunda gıda tedarikinin nasıl yapılması konusunda yetkili kişilerle konuşabilirsiniz.

Koronavirüsü ile ilgili genel danışma hattı:

Baden-Württemberg sağlık müdürlüğü hafta içi ve hafta sonu her gün sabah 9 ile akşam 6 arasında koronavirüsü ile ilgili merak edilen sorularınızı yanıtlamak için bir danışma hattı kurdu: 0711 / 904-39555.

Diğer yandan Covid-19 hakkında güncel bilgileri Türkçe olarak bu sayfadan okuyabilirsiniz:

<https://handbookgermany.de/tr/live/coronavirus.html>



Ein Teil dieses Informationsblattes ist übernommen aus einem Informationsblatt der Johanniter Unfall-Hilfe

Projekt „Welcome 2 Baden-Württemberg“: www.w2bw-projekt.de

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Asyl-, Migrations- und Integrationsfonds und der UNO Flüchtlingshilfe kofinanziert.

