

VELİ BİLGİLENDİRME REHBERİ

Okul, yurt, kreş gibi toplu yaşam alanları, bulaşıcı hastalıkların kolayca yayılma olasılığının yüksek olduğu yerlerdir. Değişen çevre ve iklim koşulları, toplu gıda tüketimi, tedarik ve sunum zincirinde yaşanabilecek uygunsuzluklar, sağlıklı içme ve kullanma suyuna erişim sorunları, kapalı mekanlardaki artış, altyapı sorunları, bulaşıcı hastalıklardan korunmak için gereken asgari kişisel hijyen uygulamaları ile ilgili bilgi eksiklikleri gibi bir çok faktörün bulaşıcı hastalıklar ve salgınlarının ortaya çıkmasına yol açtığı bilinmektedir.

Solunum yolu ile bulaşma sonucu kişide nezle, grip, kabakulak, kızamık, difteri, suçiçeği, kızıl, boğmaca, el ayak ağız hastalığı gibi bulaşıcı hastalıklar ile bronşit ve zatürre gibi hastalıklar da görülebilmektedir. Özellikle kış aylarında grip ve soğuk algınlığı gibi solunum yolu hastalıkları olan kişilerle yakın temastan kaçınılmalı, sağlık uzmanlarının tavsiye ve önerileri kesinlikle dikkate alınmalıdır. Kişisel hijyen kurallarına önem verilmeli ve el hijyeni sağlanmalıdır. Bulaşıcı hastalıklar ve hijyen şartları konusunda; İl İşyeri Sağlık ve Güvenlik Birimlerinde görevli sağlık hizmetleri sorumlusu ve okul sağlığı denetim komisyonu üyelerince zaman zaman öğrenci, veli ve öğretmenlerin bilgilendirilmesi; öğrencilerin bir arada bulunduğu derslik, kantin, yemekhane, tuvalet, salon, spor alanı, yatakhane, banyo, okul servisi ve okul çevrelerinde temizlik ve hijyen şartları sağlanmalıdır.

ÇOCUKLARIMIZIN
SAĞLIĞI İÇİN
VELİLERİMİZLE
BİRLİKTE...

ÖĞRENCİMİZE...

•
Ortak kullanım alanlarında bulunan eşyalara ve yüzeylere (servis ve toplu ulaşım araçlarındaki tutamaklar, kapı kolu, tırabzan, duvarlar vb.) dokunmaması; dokunması hâlinde elini yüzüne, ağzına, burnuna ve gözüne **temas etmemesi gerektiğini,**

•
Ellerini belirli aralıklarla sabun ve su ile yıkamasını, sabun ve suyun bulunmadığı durumlarda kolonya veya antiseptik madde ile **temizlemesini,**

•
Kişisel hijyenine **dikkat etmesini,**

•
Maskesini uygun şekilde kullanmasını ve yanında yedek maske **bulundurmasını,**

•
Okul idaresinin belirlediği hijyen kurallarını öğrenerek bu **kurallara uymasını,**



Okulda ve sosyal alanlarda sosyal mesafeye **dikkat etmesini**,

Arkadaşlarıyla yiyecek, içecek ve araç gereçlerini **paylaşmamasını**,

TEMBİHLEYİNİZ



•
Doğru ve güvenilir kaynaklardan bilgi edinerek salgın hastalıklar konusunda **öğrencimizi bilinçlendiriniz. (*)**

•
Bakanlığımız ve yetkili kurumlarca yapılan açıklamalar ve kurallara uymaları konusunda **öğrencimizi uyarınız.**

•
Dengeli ve sağlıklı beslenmesine, uyku düzenine **özen gösteriniz.**

Sağlık durumunu takip ediniz. Yüksek ateş, öksürük ya da başka bir hastalık belirtisi varsa idareyi bilgilendirerek okuluna göndermeyiniz. Mutlaka bir **sağlık kuruluşuna başvurunuz.**

7



Her gün temiz kıyafet ile okula gitmesini
sağlayınız.

•

Kronik rahatsızlığı bulunan öğrencilerin
kullandıkları ilağları okul idaresine
ve öğretmenlerine bildiriniz. İlağların
yanında bulunmasını **sağlayınız.**

•

ęrencimizin mümkünse kronik hastalığı
olan ya da 65 yağ üzeri kişiler tarafından
okula bırakılmamasına ve her gün aynı
kişi tarafından okula bırakılıp alınmasına
dikkat ediniz.

•

Okul yönetimi tarafından öğrencimize
verilecek olan bez maskeleri her gün
uygun şekilde **temizleyiniz.**

•

Acil durumlar dıőında okul alanına (okul
servisi, sınıf, bahęe, öğretmenler odası vb.)
okul idaresini veya ęretmeni çağırmadan
girmeyiniz.

Bu vesileyle solunum yolu enfeksiyonlarına yönelik olarak aşağıdaki önlemlerin bir kere daha hatırlatılması uygun görülmüştür;

Okullarda kış ayları da dahil sınıflar ve diğer kapalı alanlar sık havalandırılmalıdır



Eller, sık yıkanmalı, kirli eller ile göz, burun ve ağıza dokunmaktan kaçınılmalıdır.



Özellikle hapşırma ya da öksürme sonrasında, ellerin su ve sabun ile iyice yıkanması önemlidir. (Bknz. Doğru El Yıkamanın Aşamaları)

Her tuvalet kullanımı öncesinde ve sonrasında eller mutlaka yıkanmalıdır.



Özellikle kış aylarında tokalaşma, sarılma ve öpüşmeden kaçınılmalıdır. Öksürüldüğünde ya da hapşırıldığında; ağız ve burun, mendil ya da mendil bulunmadığı durumlarda dirsek içi ile kapatılmalıdır.



Her tuvalet kullanımı sonrasında sifon çekilmeli, klozet ise kapağı kapatılmalı ve sifon sonra çekilmelidir.



Kâğıt mendil kullanıldıktan sonra çöp kovasına atılmalı ve eller yıkanmalıdır.



Öğrencide ateş, öksürük gibi solunum yolu hastalığı belirtileri varlığında evde istirahat etmesi sağlanmalıdır.



Hastalık döneminde bol sıvı tüketmeye özen gösterilmeli, beslenmeye dikkat edilmeli, özellikle taze sebze ve meyve tüketilmelidir.



Bulaşıcı hastalıklar konusunda bilgi almak için Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü web sayfası (www.hsgm.saglik.gov.tr) ziyaret edilebilir.



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI

ÖNEMSEYİNİZ!

Okul alanına girmeniz gereken durumlarda öncelikle görüŖeceđiniz kiŖiden **randevu alınız**.

•

Okulda bulunduđunuz süre içerisinde;

✓

Okul hijyen kurallarına uyunuz,

✓

Sosyal mesafeye dikkat ediniz,

✓

Görüşmelerinizi en kısa sürede tamamlayınız.

Okul idaresi ve öğretmenler ile iletişimi,
uzaktan erişim (telefon, SMS, e-posta vb.)
ile sağlayınız.

•

Öğrencimiz eve döndüğünde gerekli
hijyeni sağlayıp sağlamadığını **takip**
ediniz:

✓

Ayakkabı ve kıyafetlerini değiştirerek çıkan
ayakkabı ve kıyafetlerini havalandırmasını
sağlayınız,

✓

Elini ve yüzünü sabunla en az 20 saniye
yıkamasını sağlayınız. (Ağız ve burun
hijyenini sağlayınız, mümkünse duş
aldırınız.)

✓

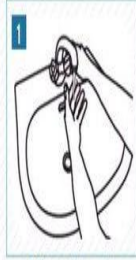
Okulda kullandığı çanta, kitap, defter,
kalem, silgi vb. malzemelerin dezenfekte
edilmesini/havalandırılmasını sağlayınız.



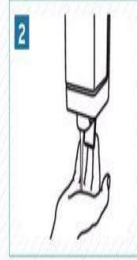
ELLERİMİZİ NASIL YIKAMALIYIZ?

Ellerimizi yıkarken,

- Bol su ve sabun kullanmalı,
- Ellerimizi en az 10-15 saniye iyice ovuşturmalı,
- Parmak aralarını ve tırnak altlarını iyice temizlemeli,
- Toplam el yıkama süremiz 40-60 saniye olmalıdır.



1
Ellerimizi suyla ıslatalım



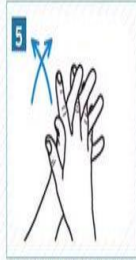
2
Yeterince sabun alalım



3
Sabunu avuç içimizde iyice köpürelim



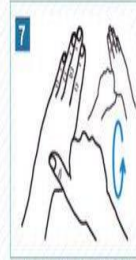
4
Sol elin üstünü sağ elle, sağ elin üstünü sol elle ovalayalım



5
Parmaklarımızı iç içe geçirip ovalayalım



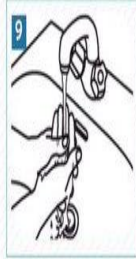
6
Parmaklarımızı kenetleyip ovalayalım



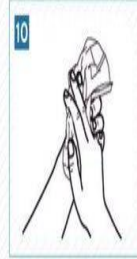
7
Başparmaklarımızı ovalayalım



8
Parmak uçlarını avuç içimizde ovalayalım



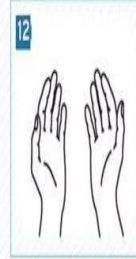
9
Ellerimizi bol suyla durulayalım



10
Kağıt havluyla kurulayalım



11
Musluğu havluyla kapatalım



12
Ellerimiz artık tertemiz...