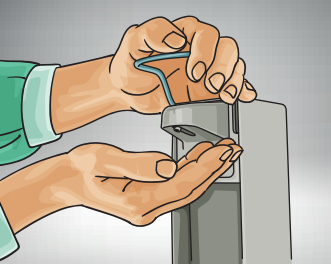


COVID-19: FİLTRELİ YÜZ SOLUNUM MASKELERİ KULLANILIRKEN YAPILMASI VE YAPILMAMASI GEREKENLER

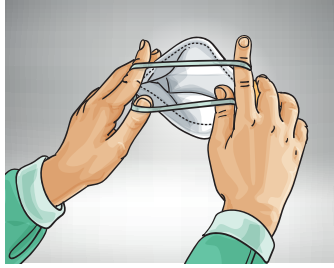
Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)^{1,2} ve Avrupa Hastalık Önleme ve Kontrol Merkezi (ECDC)³ gibi halk sağlığı kuruluşlarının, bu COVID-19 pandemisi sırasında sağlık hizmeti kurumlarında Filtreli Yüz Solunum Maskeleri (FFR) kullanılırken yapılması ve yapılmaması gerekenlerle ilgili ara dönem kılavuzları incelendiğinde, benzer öneriler yapıldığı görülmektedir.

Solunum maskelerinin etkili olması ve damlacıklar ve partiküllerin solunmasından koruma sağlaması için doğru şekilde kullanılmalrı son derece önemlidir. Uyum testleri için lütfen üreticinin açıklamalarından yararlanınız. Ayrıca, kurumunuzun solunum koruması ile ilgili politika ve usullerine uyunuz.

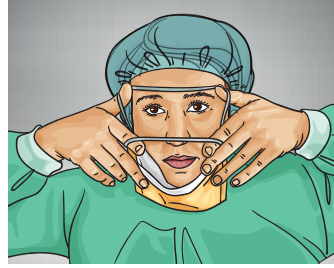
YAPILMASI GEREKENLER



Takmadan önce **el hijyeni** sağlayın.



Solunum maskesini her iki elinizle tutun. Solunum maskesinin türüne göre askıları doğru bir şekilde belirlediğinizden ve yerleştirdiğinizden emin olun. Uygun bir kavisi elde etmek için burun kısmını hafifçe bükün.



Her iki elinizi kullanarak, burun kısmı doğru konumda olacak şekilde solunum maskesini yüzünüze ve alt kısmını çenenizin altına güvenli bir şekilde yerleştirin.



Alt askıyı kafanızın üzerine çekin ve kulaklarınızın altına yerleştirin. Ardından, üst askıyı başınızın arkasına rahatsız etmeyecek şekilde yerleştirin.

Her iki elinizin parmaklarını burun kısmının üstüne yerleştirin ve burnunuzun etrafına ve yüzünüze kalıp gibi oturmasını sağlayın.

Parmaklarınızı her iki taraftan aşağı doğru kaydırın, bu esnada solunum maskesinin burnunuza ve yüzünüze tam olarak oturması için hafifçe içe doğru bastırın.

Araya saç/kıl, giysi veya takı girmedikten emin olun.

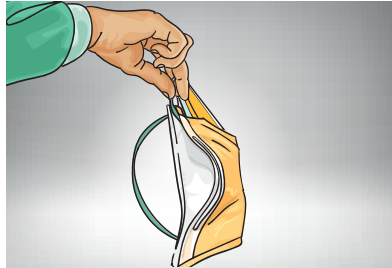


Daha sonra **UYUM TESTİ** yapın:

- Her iki elinizin parmaklarını, burun parçasının üstüne, konumunu bozmadan, yerleştirin ve herhangi bir sızıntıyı tespit etmek için keskin bir şekilde nefes verin
- Burun çevresinde hava kaçağı tespit ederseniz, kontamine havanın içeri sızmasını önlemek için solunum maskesini yeniden konumlandırın veya yeniden takın
- Solunum maskesinin kenarlarında hava sızıntıları tespit ederseniz, solunum maskesinin yüze tam oturması için askılar yeniden konumlandırılmalıdır
- Güvenli bir sızdırmazlık elde edemezseniz, yardım alın



Solunum maskesini arkadan çıkarın. Alt askıyı yukarı ve başınızın üzerine çekin. Ardından, üst askı için de aynısını yapın. **Solunum maskesini, ön kısmına dokunmadan yüzünüzden uzağa çekin.**

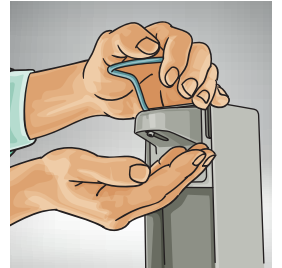


Solunum maskesi aşağıdaki durumlarda ise solunum maskesini atın ve yerine yenisini kullanın:

- Hasarlı veya deforme olmuş ve artık etkili bir sızdırmazlık sağlamıyorsa
- Solunum veya burun salgıları, kan veya diğer vücut sıvıları ile kontamine olmuşsa
- Islak veya gözle görülür derecede kirlenmişse
- Rahat nefes alamıyorsanız



Kullanılmış solunum maskesini sızdırmaz çöp kutusuna rutin bertaraf prosedürlerine uygun olarak **atın**.



Bertaraf etme işleminden sonra **derhal el hijyeni** uygulayın.

FİLTRELİ YÜZ SOLUNUM MASKELERİ KULLANILIRKEN YAPILMASI VE YAPILMAMASI GEREKENLER

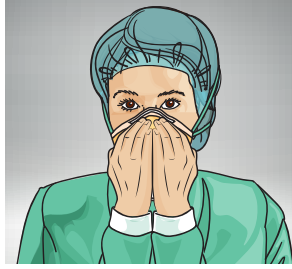
YAPILMAMASI GEREKENLER



El hijyeni uygulamadan takmayın.



Sadece tek elinizi kullanarak takmayın.



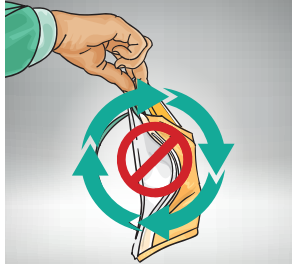
Hava geçirmez bir sızdırmazlık elde edemezseniz, kontamine bir alana girmeyin. Yardım isteyin.



Hasta bakımı esnasında solunum maskesine asla dokunmayın veya yeniden konumlandırmayın. Kayarsa, derhal atın ve yenisini takın.



Kontaminasyonu önlemek için solunum maskesini önden çekerek çıkarmayın.



Kurumunuz, koşulların hafiflemesi nedeniyle uzun süreli kullanım veya yeniden kullanıma geçmemişse ve uyulması gereken katı protokollere dayanmadığı sürece, tek kullanımlık solunum maskelerini tekrar kullanmayın.

Unutmayınız

- COVID-19 pandemisiyle mücadelede kişisel koruyucu ekipmanların (KKD) kullanımı ve seçilmesine yönelik rehberlik ile ilgili olarak yerel halk sağlığı makamlarının düzenlemelerine daima uyunuz.
- Ön saflarda çalışan sağlık çalışanları için KKD stoklarının korunması ve risk düzeyine uygun tedarik sağlanması için tavsiye edilen maske koruma talimatlarına uyunuz.
- Genel tavsiye, solunum maskesi olmadığında tıbbi maske kullanılması yönündedir.
- Solunum maskesi sayısı azsa, mevcut olanların öncelikle aerosol üreten prosedürler için kullanılması tavsiye edilir.¹

Sağlık makamlarının, filtreli yüz solunum maskelerinin sağlık çalışanları tarafından kullanılmasına dair spesifik tavsiyeleri



World Health
Organization

Trakeal entübasyon, noninvaziv ventilasyon, trakeotomi, kardiyopulmoner resüsitasyon, entübasyon öncesi manuel ventilasyon ve bronkoskopi gibi aerosol üreten prosedürleri gerçekleştirirken veya bunların yapıldığı ortamlarda çalışırken en az ABD Ulusal İş Sağlığı ve Güvenliği Enstitüsü (NIOSH) sağlık sertifikalı N95, Avrupa Birliği standart FFP2 veya dengi kadar koruyucu bir partiküllerden koruyucu solunum maskesi kullanın.²



ECDC, şüpheli bir vakayı değerlendirirken veya onaylanmış bir vakayı yönetirken sınıf 2 veya 3 filtreli yüz parçalı (FFP) solunum maskelerinin (FFP2 veya FFP3) kullanılmasını tavsiye etmektedir. Aerosol üreten prosedürler gerçekleştirirken daima bir FFP3 solunum maskesi kullanılmalıdır. Yüz maskeleri (cerrahi maskeler) esas olarak ekshale edilen damlacıklardan korur; bunların, solunum maskesi sayısının az olması halinde ve duruma göre değerlendirme yapılarak kullanılması önerilmektedir. Cerrahi maskeler uyum testi gerektirmez.³

Referanslar: 1. WHO infection prevention and control and preparedness for COVID-19 in healthcare settings Second update, March 2020. 2. WHO Advice on the use of masks in the context of COVID-19: interim guidance, Apr. 2020. 3. ECDC Technical Report: Guidance for wearing and removing personal protective equipment in healthcare settings for the care of patients with suspected or confirmed COVID-19, Feb. 2020.

Sorumluluk Reddi: Bu koronavirüs çok yeni olduğundan, kaynak referanslardan gelen öneriler geçici ve tavsiye niteliğindedir ve durum hakkındaki mevcut bilgilere dayanmaktadır.