

# COVID-19'LU BİR KİŞİYLE YAKIN TEMASLIYSANIZ NE YAPMALISINIZ?

12 de octubre de 2021

Size COVID-19'lu biriyle yakın temasta olduğunuz bildirildiyse:



## KENDİNİZİ İZOLE EDİN

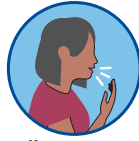
- Testi pozitif çıkan kişiyle en son temas tarihinizden itibaren 10 gün boyunca kendinizi izole etmelisiniz. Halk sağlığı, kendi kendine izolasyonu ne zaman sonlandırabileceğinizi size söyleyecektir.
- Herhangi bir semptomunuz yoksa ve tam aşılanmış\* veya yakın zamanda bir COVID-19 enfeksiyonu\*\* geçirdiyse, halk sağlığı tarafından aksi belirtilmedikçe, kendinizi izole etmeniz gerekmez. Yine de aşağıdaki talimatları uygulamanız gerekir.

## HER GÜN COVID-19 BELİRTİLERİNİ GÖZLEYİN:

Tam aşılanmış\* veya yakın zamanda bir COVID-19 enfeksiyonu geçirmiş olsanız bile, her gün COVID-19 semptomlarını gözleyin\*\*. Aşağıdaki belirtilerin olup olmadığına bakın:



37,8°C üzeri ateş ve/veya üşüme



Öksürük



Nefes darlığı



Tat veya koku kaybı veya azalması



Bulanti, kusma veya ishal (18 yaş altı)



Yorgun, ağrılı kaslar veya eklemler (18 yaş üstü)



Boğaz ağrısı



Burun akıntısı veya tıkalı burun



Karın ağrısı



Baş ağrısı



Pembe göz



İştahsızlık veya iştah azalması

## SEMPTOMLAR GELİŞTİRİRSENİZ:

Hemen bir PCR testi yaptırın:

- COVID-19 PCR testi yaptırmak için bir değerlendirme merkezinden randevu alın.
- Belirtileriniz başlamadan önce PCR testi negatif çıktıysa tekrar test yaptırın.
- Tam aşılanmışsanız\* veya yakın zamanda bir COVID-19 enfeksiyonu\*\* geçirdiyse test sonucunuzu beklerken evde kalmalı ve hemen kendinizi izole etmelisiniz.

Ev halkının kendisini izole etmesi gerekir:

- Evinizdeki herkesin, tam aşılanmış olmadıkları sürece\* veya yakın zamanda bir COVID-19 enfeksiyonu geçirmediği\*\*, sizin testiniz negatif çıkana kadar kendisini izole etmesi gerekecektir.

İşvereninizi haberdar edin veya şu hattan halk sağlığını arayın: 416-338-7600.

## BELİRTİLERİNİZ OLMASA BİLE TEST YAPTIRIN

- Belirtileriniz olmasa bile iki PCR testi yaptırmalısınız: Biri mümkün olan en kısa sürede, ikincisi genellikle 1 hafta sonra. Halk sağlığı, bu testleri ne zaman yaptırmamız gerektiği konusunda size daha fazla bilgi verecektir.

## SİZ KENDİNİZİ İZOLE EDERKEN EVİNİZDEKİ HERKES ŞUNLARI YAPMALIDIR:

- Başkalarını korumak için halka açık alanlarda maske takmalı.
- Kalabalık yerlerden uzak durmalı.
- Sağlık sorunları olan veya yaşlı kişilerle teması azaltmalı.
- Diğerleriyle arasında iki metre mesafe bırakmalı.

\*Tam aşılanmış, bir COVID-19 aşı dizisinin ikinci dozunu olduktan sonra 14 gün veya daha uzun süre geçtiği anlamına veya Ontario Sağlık Bakanlığı'nca belirtilen anlama gelir.

\*\*Yakın zamanda COVID-19 enfeksiyonu, son 90 gün içinde kişinin COVID-19 testinin pozitif çıktığı ve halk sağlığı tarafından sağlığına kavuşturulduğu anlamına gelir.