

# Yakın temas olarak bilmeniz gerekenler



## Yakın temas olduğunuzu öğrendiğinizde ne yapmalısınız?

### Kendinizi karantinaya alın

- Evde kalın. İşe/okula/eğitim yerinize ve örneğin spora veya alışverişe çıkmayın. Bu belirtileriniz olmasa ve rahatsızlık hissetmeseniz dahi geçerlidir.
- Birlikte yaşadığınız insanlarla yakın temasta bulunmayın.
- Eğer, istisnai olarak, evinizden ayrılmanız gerekiyorsa, örneğin test edilmeniz gerektiği için, CE işaretli bir ağız maskesine ihtiyacınız olacaktır.

### Hijyene ve temizliğe önem verin

- Gün boyunca ellerinizi su ve sabunla birkaç kez yıkayın ve başkalarıyla havlu paylaşmayın.
- Yüzünüze dokunmaktan kaçının. Öksürürken veya hapşırırken, bunu kolunuza veya bir kağıt peçeteye/bir kağıt havluya doğru yapın.
- Hastayken kullandığınız odayı/odaları günlük temizleyin. Normalde kullandığınız temizlik ürünlerini kullanın.
- Günde birkaç kez havalandırın.

### İki kez test yaptırın

1. Danışmanlık için 70 20 02 33 'ü (2 tuşlayarak) arayın – size burada her iki testinize de geçerli olan bir kimlik numarası da verilir.
2. Her iki testinizin randevularını almak için 32 32 05 11 'i (2 tuşlayın) arayın. Korona Takip Birimini aradığınızda, yakın temaslı olduğunuz için size öncelik verilir.
3. Sonrasında coronaprover.dk adresine gidin ve her iki test için randevu alın.

İstisnai durumlarda, yukarıdakilerden farklı test önerileri uygulanabilir. Örneğin, sürekli enfeksiyona maruz kalıyorsanız, veya enfekte olmuş bir çocuğa bakıyorsanız. Bu gibi durumlarda Korona Takip Birimi ne zaman test edilmeniz gerektiği konusunda size yardımcı olabilir. Danışmanlık için 70 20 02 33 'ü (2 tuşlayın) arayın veya [Yeni koronavirüs testi pozitif çıkan biri ile yakın temaslıysanız](#) adlı yayını okuyun.

### Birlikte yaşadığınız insanlar ne yapmalı?

Birlikte yaşadığınız insanlar, siz yakın temassınız diye, yakın temas sayılmazlar. Bu evde kalmak zorunda olmadıkları ve örneğin işe ve okula gidebilecekleri anlamına gelir. Ancak iki testinizden biri pozitif çıkarsa, birlikte yaşadığınız kişiler de böylece yakın temas sayılırlar ve kendilerini karantinaya alıp, test edilmeleri gerekir.



## Testinizin sonucunu aldığınızda ne yapmalısınız?

Pozitif test sonucu: Yeni koronavirüse yakalandınız anlamına gelir ve bu nedenle evde kalmanız ve karantinanızı devam etmeniz gerekir. Daha fazla bilgi için [Yeni koronavirüs testi pozitif çıkanlar](#).

Negatif test sonucu: İlk testiniz negatifse, artık evde karantinada kalmanız gerekmez ve örneğin işe veya okula geri dönebilirsiniz. Ayrıca enfekte olmadığınızdan emin olmak için 2. testi de almanız önemlidir. Eğer devamlı olarak enfeksiyona maruz kaldıysanız, örneğin enfekte bir kişi ile yaşıyorsanız, bu durumda 2. test sonucu da negatif çıkana kadar karantinanızı sürdürün.

## Ne zaman yakın temas sayılırsınız?

Aşağıdaki dönemlerden biri için yeni koronavirüs ile enfekte birine yakın bulunduysanız, yakın temas sayılırsınız:

- Belirtileri olan enfekte kişi: İlgili kişinin belirtileri başlamadan 48 saat önce ve o kişinin belirtilerinin durmasından 48 saat sonrasına kadar.
- Belirtileri olmayan enfekte kiři: Kiři test edildikten 48 saat öncesine ve 7 gün sonrasına kadar.

Örneğin, birlikte yaşıyorsanız veya sarıldıysanız, enfekte olmuş bir insanın yakın teması sayılırsınız. Ayrıca uzun bir süre boyunca yakın oturmuş olabilirsiniz veya şarkı, yüksek sesle konuşma, antrenman ve benzeri sırasında birbirinize yakın durmuş olabilirsiniz. Daha fazla bilgi için [Yeni koronavirüs testi pozitif çıkan birinin yakınıysanız](#)

Ancak yakınlığınız bulunan birinin yeni koronavirüs test sonucu pozitif çıkarsa yakın temas sayılırsınız. Kiři negatif test edilirse veya kişi henüz test sonucunu almamışsa, *yakın temas* değilsiniz. Şüpheleriniz varsa, Korona Takip Birimini 70 20 02 33 numaralı hattan arayarak (2 tuşlayarak) destek alabilirsiniz.

### Özellikle çocuklar hakkında

Genel anlamda çocuklar için geçerli olan yakın temas önerileri, aynı zamanda yetişkinler için de geçerlidir - bu karantina ve test tavsiyeleri için de geçerlidir. Fakat yakın temas konumunda olan 12 yaşından küçük çocukları, belirtileri yoksa ve çocuk zorlanıyorsa test ettirmeniz gerekmez. Bunun yerine, çocuk enfekte kişi ile temas halinde olduğu son tarih itibari ile, 7 gün sonrasına kadar çocuğu evde tutmalısınız.

Çocuklara dair geniş bilgi [Çocuđunuzun COVID-19 belirtileri mi var?](#) adlı broşürde mevcut