



Çeviri: *Rabia Can Sarınoğlu*

Bahçeşehir Üniversitesi Tıp Fakültesi

Tıbbi Mikrobiyoloji Anabilim Dalı

CDC- How to Prevent the Spread of Respiratory Illnesses in Disaster Evacuation Centers
(<https://www.cdc.gov/disasters/disease/respiratoryic.html>)

Afet Tahliye Merkezlerinde Solunum Yolu Hastalıklarının Yayılması Nasıl Önlenir?

- Tahliye merkezleri gibi yerlerde bir araya gelen insanlar, solunum yolu enfeksiyonu salgınlarına karşı savunmasızdır. Influenza gibi solunum yolu ile bulaşan virüsler bu ortamlarda çok hızlı yayılabilir ve özellikle gripten kaynaklanan komplikasyonlar açısından daha yüksek risk altında olan kişiler, konut sakinleri ve çalışanlar için önemli sağlık sonuçları doğurabilir.
- Solunum yolu enfeksiyonlarına neden olan virüslerin birçoğu öksürme ve hapşırma yoluyla saçılan damlacıklar yoluyla yayılır.
 - hasta bir kişiyle yakın temas
 - kontamine eşyalar ile temas
- Genel olarak, solunum yolu ile bulaşan virüslerin yayılmasını önlemenin en iyi yolu tükürük, mukus ve gözyaşı damlacıkları veya salgılarıyla temastan kaçınmaktır.
 - Öksürme veya hapşırma gibi solunum yolu enfeksiyonu semptomları olan kişilerle yakın teması en aza indirilmesi,
 - Hasta kişilerin öksürme ve hapşırmalarından kaynaklanan damlacıkların saçılmasının kontrol altına alınması,
 - Düzenli olarak el yıkama,
 - Yemek yeme veya içme gereçleri, diş fırçası ve havlu gibi kişisel eşyaların özellikle de hasta kişiler ile paylaşılmasından kaçınılması,
 - Temiz bir ortam sağlanması,
 - Influenza ve Covid-19 gibi aşısı mevcut solunum yolu enfeksiyon etkenlerine karşı aşıların ve rapel dozların uygulanması.

Solunum Yolu Hastalıklarının Yayılmasını Önlemeye Yönelik Enfeksiyon Kontrol Önlemleri

- Düzenli olarak el yıkama. Bu, özellikle solunum yolu damlacıkları ile kontamine olabilecek yüzeylere, nesnelere veya solunum semptomları olan kişilere dokunduktan sonra önemlidir.

- Alkollü el jelleri, sabun ve temiz su kolayca bulunamadığı zaman yeterli bir alternatiftir.
- Sıklıkla dokunulan yüzeyler solunum yolu damlacıkları veya salgılarıyla kirlenmişse:
 - Görünen kirlilik kağıt havluyla silinmeli ve kullanılmış kağıt havlular plastik bir çöp torbasına atılmalı,
 - Herhangi bir standart ev tipi dezenfektan kullanarak dezenfekte edilmeli,
 - Yemek kapları veya içecek kapları paylaşılmamalı,
 - Diş fırçası veya havlu gibi diğer kişisel eşyalar başkalarıyla paylaşılmamalı,
 - Personel, mümkünse, tahliye merkezi sakinleri arasında solunum damlacıklarının yayılma potansiyelini azaltmak için yatakları (1-2 metre) ayırmalıdır.

Solunum yolu hastalığı semptomları olan kişiler için önlemler

- Öksürürken veya hapşırırken ağızınızı ve burnunuzu kapatın,
- Kullanılmış mendilleri kullandıktan sonra en yakın çöp torbasına atın,
- Solunum salgıları ve kontamine nesnelere/malzemelerle temas ettikten sonra el hijyeni sağlayın (örn. sabun ve su ile el yıkama veya alkollü el jeli)
- Kişisel alkollü el jeli dağıtıcısı temin edin; lavaboların mevcut olduğu yerlerde, el yıkama malzemelerinin (sabun, tek kullanımlık havlular) sürekli olarak mevcut olduğundan emin olun.

Solunum yolu hastalığı semptomları ortadan kalktıktan sonraki 24 saate kadar hasta kişileri ve yakın temaslıları diğer sakinlerden ayırın.

- Mümkünse, hasta kişileri tahliye merkezinin hasta olmayan diğer sakinlerinden ayrı bir odaya veya ayrı bir bölüme koyun.
- Bu mümkün değilse, solunum yolu hastalığı olan kişileri doğrudan bakım ve destek sağlamayan kişilerden en az 1-2 metre uzakta durmaya teşvik edin.
- Hasta olmayan kişiler, bakım ve destek sağlamak için gerekli olmadıkça, hasta kişilerle yakın temastan (örneğin, öpmek, sarılmak, el sıkışmak, diğer doğrudan dokunmak, 1-2 metre mesafeden konuşmak) kaçınmalıdır.
- Semptomatik olan deprem merkezi çalışanları işten muaf tutulmalıdır.

Afetlerin Ardından Toplum Tahliye Merkezleri için CDC Enfeksiyon Kontrolü Rehberi

Aşağıdakiler dahil olmak üzere iyi kişisel hijyen uygulamalarını teşvik edin:

- Personel ve bölge sakinleri ellerini sık sık sabun ve suyla yıkamalıdır.
- Çocuklara ellerini sık sık su ve sabunla yıkamalarında yardımcı olunmalıdır.
- Alkollü el jelleri, el yıkamaya etkili bir katkı maddesidir ve sabun ve temiz su hazır olmadığına geçici olarak kullanılabilir.
- Alkollü el jeli, tahliye merkezi boyunca, özellikle yemek servis hatlarının başında ve tuvalet tesislerinin dışında temin edilmelidir.
- Öksürürken ağız elle veya mendille kapatılmalı ve daha sonra mendiller çöpe atılmalıdır.
- Öksürdükten sonra eller yıkanmalı veya alkollü el jeli kullanılmalıdır.
- Yemek hazırlarken iyi hijyen uygulamalarını takip edilmelidir.
- Yemek kapları veya içecek kapları paylaşılmamalıdır.
- Tarak, jilet, diş fırçası, havlu gibi kişisel bakım malzemeleri başkalarıyla paylaşılmamalıdır.
- Tesisler, sakinlerin haftada en az bir kez banyo yapmasına imkan verecek şekilde yeterli olmalıdır.
- Giysilerin ve yatak çarşaflarının uygun şekilde yıkanmasını sağlamak için çamaşır yıkama olanakları mevcut olmalıdır.

El hijyeni

- Acil bir durumdan sonra akan su bulmak zor olabilir. Bununla birlikte, hastalıktan kaçınmak için el yıkamak çok önemlidir.
- Ellerin sabun ve suyla yıkanması en iyisidir ancak su olmadığına elleri temizlemek için üretilmiş alkollü el jelleri kullanılabilir.

Ellerinizi ne zaman yıkamalı veya alkollü el jeli kullanmalısınız?

- Yemek yemeden önce,
- Özellikle çiğ et, kümes hayvanları veya balık gibi pişmemiş gıdaları kullandıktan sonra,
- Banyoya gittikten sonra,
- Bebek bezi değiştirdikten veya tuvalete giden bir çocuğu temizledikten sonra,
- Hasta biriyle ilgilenmeden önce ve sonra,
- Bir kesik veya yarayı tedavi etmeden önce ve sonra,
- Burnunuzu sildikten, öksürdükten veya hapşırıdıktan sonra,
- Bir hayvan veya hayvan atıkları ile temastan sonra,
- Çöplerle temastan sonra.

Yaşam Alanının Temizlenmesi

- Yüzeyleri ve nesnelere temiz tutmak, enfeksiyonların konut sakinlerine ve personele yayılmasını azaltmaya yardımcı olur.
- Görünür şekilde kirlendiğinde, düzenli bir programa göre yüzeyleri ev tipi bir deterjanla temizleyin.
- Mutfak ve banyolar günlük olarak ve gerektiği kadar temizlenmelidir.
- Yaşam alanları en az haftada bir ve gerekirse daha sık temizlenmelidir.
- Yatak çerçeveleri, şilteler ve yastıklar, farklı kişilerin kullanımını durumunda temizlenmeli/yıkanmalıdır.
- Dökülenler hemen temizlenmelidir.

Yüksek riskli yüzeyler çamaşır suyu ile veya 1 litre temiz suya 1 çay kaşığı çamaşır suyu karışımı kullanılarak temizlenebilir (mikrobiyal kontaminasyonu daha güvenli seviyelere indirmek için kullanın ve günlük taze hazırlayın).

Yüksek riskli yüzeyler şunları içerir:

- Yiyecek hazırlama yüzeyleri,
- Alt değiştirme için kullanılan yüzeyler,
- Vücut sıvısıyla kirlenmiş yüzeyler (örn. kusuk, kan, dışkı).

Çamaşırların yıkanması

- Dışkı ile yoğun şekilde kirlenmiş giysiler, eldiven giyilerek dikkatli bir şekilde tutulmalı ve imha edilmek üzere plastik bir torbaya konulmalıdır.
- Dışkı, tuvalet kağıdı kullanılarak kolayca çıkarılabiliyorsa, giysi aşağıda açıklandığı gibi yıkanabilir.
- Giysileri çamaşır makinesinde normal sıcaklık ayarları ve çamaşır deterjanı kullanarak yıkayın.
- Ev tipi çamaşır suyu normal konsantrasyonlarda kullanılabilir.
- Döngüler tamamlanana kadar çalıştırılırsa, yıkayıcı teknelerin veya kurutucuların tamburlarının dezenfekte edilmesine gerek yoktur.
- Bağışlanan giysilerin dağıtımdan önce yıkandığından emin olun.

Çöpler

- Atık imhası, şırıngalar ve iğneler gibi düzenlemeye tabi tıbbi atıkların imhası da dahil olmak üzere yerel gerekliliklere uygun olmalıdır.
- Tesisler, ilaçlar için kullanılan şırınga ve iğnelerin uygun şekilde atılmasını sağlamalıdır.
- Kesici atıkların atılması için tasarlanmış kaplar, keskin cisimlerin kullanıldığı yerlere yerleştirilmelidir.

- Resmi kesici alet kapları yoksa, kapaklı ağır bir plastik çamaşır deterjanı kabı kullanılabilir.
- Güvenli bir şekilde bağlanabilen plastik torbalarla kaplı çöp kutuları kullanın.
- Çöp torbaları aşırı doldurulmamalıdır.
- Çöpleri yaşam alanlarından ayrı bir alana, tercihen çöp kutularına atın.
- Atık alımlarını sık sık, mümkünse günlük olarak planlayın.
- Tıbbi atıkları evsel atıklardan toplanmak üzere ayırın; tıbbi atıkların toplanması için yerel yönergeleri izleyin.

Konut Dışı Tahliye Merkezleri İçin Özel Hususlar

- Stadyumlar gibi konut dışı tahliye merkezlerinin sağlık ve yemek hazırlama tesisleri sağlama kapasitesi sınırlıdır. Banyo yapma ve çamaşır yıkama kaynaklarının da sınırlı olması muhtemeldir. Genel olarak konut dışı tesislerin sadece çok kısa süreli tahliyeler için kullanılması tercih edilir. Yemek servisi ve çamaşırhane, yetersiz kontrollü yerinde alternatifler oluşturmaya çalışmak veya sakinlerin bu faaliyetleri bireysel olarak denemesine izin vermek yerine, dış kaynaklardan sağlanmalıdır.
- Konut sakinlerinin tuvaletlere oranı potansiyel olarak yüksek olduğundan, konut dışı tesislerin sıhhi tesislerin sık sık ve gözetim altında temizlenmesine ve bakımına özel bir ihtiyacı vardır. Belirlenmiş tahliye merkezi personeli, her tuvaleti bir kerede tesisi kullanan kişi sayısını kontrol ederek, yüzeylerin en az saatte bir dezenfektanla silinmesini ve el sabunu, kağıt havlu ve tuvalet kağıdı gibi temel malzemelerin muhafaza edilmesini sağlamalıdır.
- Konut dışı ortamlarda yüzeyleri temizleme, tesisin boyutu veya diğer fiziksel özellikleri ile sınırlı olabilir. Bu da el hijyeninin önemini artırmaktadır. Bununla birlikte, bu tür tesislerde el yıkama lavabolarının sınırlı mevcudiyeti de muhtemeldir. Bu nedenle, alkollü el jeli dağıtıcılarının yaşam alanlarının tamamında ve yemek servis hatlarının başında uygun yerlere yerleştirilmesine ve gelen tüm konut sakinlerine bunların kullanımı ve bulunabilirliği konusunda talimat verilmesine ayrıca dikkat edilmelidir.
- Kalabalığı önlemek için ideal olarak her karyolayı diğerinden en az 2 metre ayırarak şekilde açık uyku alanları kurulmalıdır.

Tahliye Merkezlerinde Bulaşıcı Hastalığı Olan Kişilerin Yönetimi

- Açık yaraları, semptomatik enfeksiyonları ve tanımlanmamış veya kuluçka dönemindeki bulaşıcı hastalıklara sahip tahliye edilmiş kişilerin gelişi, potansiyel kalabalık ve sınırlı sıhhi altyapı ile birleştiğinde, enfeksiyonların sakinler arasında ve sakinler ile personel arasında yayılma riskini artırır.

- Özellikle solunum yolu enfeksiyonları, ishaller hastalıklar ve cilt enfeksiyonları bu koşullar altında yayılma eğilimindedir.
- Bir tahliye merkezine girmeden önce, tüm sakinler aşağıdaki koşullar açısından taramalıdır:
 - Ateş
 - Öksürük
 - Deri döküntüsü veya yaraları
 - Açık yaralar
 - Kusma
 - İshal
- Yukarıdaki koşullardan herhangi birine sahip kişiler, yalnızca uygun tıbbi değerlendirme ve bakımdan sonra tahliye merkezine kabul edilmelidir.
- Merkez sakinlerine, yukarıdaki koşullardan herhangi birini merkez personeline bildirmeleri talimatı verilmelidir.
- Halihazırda tahliye merkezinde ikamet eden bir kişide potansiyel olarak bulaşıcı bir durum tespit edilirse, hasta kişi(ler) diğer sakinlerden ayrılmalı veya özel ihtiyaçlı bir tahliye merkezine nakledilmelidir .
- Değerlendirme veya transfer bekleyen potansiyel olarak bulaşıcı sakinlerin barınması için kullanılmak üzere önceden ayrı bir alan veya oda belirlenmelidir.
- Benzer semptomlara sahip birkaç sakin tespit edilirse, bunlar bir alanda birlikte barındırılabilir. Ancak, bebek karyoları yine de en az 2 metre ile ayrılmalıdır. Mümkünse özel bir tuvalet belirlenmeli ve sadece hasta bireylerin kullanımına ayrılmalıdır.
- Popülasyonda birden fazla hastalık tanımlanırsa, örneğin ishaller olan kişiler için bir alan ve öksürüğü ve ateşi olan kişiler için başka bir alan gibi birden fazla ayrı alana ihtiyaç duyulabilir.
- Bu tür ayrı alanlarda, orada barındırılan insanları izlemeye ve alanın temiz tutulmasını ve uygun şekilde tedarik edilmesini sağlamakla sorumlu ekstra personele ihtiyaç duyulacaktır.
- Yukarıdaki semptomlardan herhangi birine sahip personel tahliye merkezinde çalışmamalı, ancak işe dönmeye önce değerlendirme ve onay için tıbbi değerlendirme almalıdır.
- Hastalık semptomları olan kişilerle çalışan personel, vücut sıvılarıyla potansiyel temas gerektiren tüm etkileşimler için standart enfeksiyon kontrol önlemlerini uygulamalı ve el hijyenine özel önem vermelidir.
- Her tahliye merkezinin, potansiyel olarak bulaşıcı hastalıkları olan bireyleri tahliye merkezinden uygun bir sağlık tesisine nakletmek için net bir planı olmalıdır.
- Buna, solunum semptomları olan hasta bireylerin değerlendirme veya nakil beklerken maske takmaları da dahildir.

- Ana merkez yaşam alanlarından ayrı, ancak merkez personeli tarafından yakından takip edilebilecek bir bekleme alanı belirlenmelidir.

Özel İhtiyaç Tahliye Merkezleri

Özel ihtiyaç tahliye merkezleri, bir sağlık uzmanı tarafından denetlenmesi gereken kişilere güvenli sığınak sağlayabilecek yerlerdir.

- Genel tahliye merkezi personelinin veya tesisinin kapasitesinin ötesinde profesyonel gözlem, değerlendirme ve bakım gerektiren hafif sağlık veya tıbbi sorunları olan kişiler.
- Bakımları genel tahliye merkezinde bulunmayan koruyucu ekipman veya izolasyon gerektiren bulaşıcı hastalıkları olan kişiler.
- Günlük yaşam aktivitelerinde yardıma veya daha nitelikli hemşirelik bakımına ihtiyaç duyan ancak hastaneye yatmayı gerektirmeyen kişiler.
- İlaçlara veya sağlık profesyonelleri tarafından izlenmeye ihtiyaç duyan kişiler.
- **Standart enfeksiyon kontrol önlemleri**, hasta bireylerle çalışırken, personeli bilinen ve tanınmayan enfeksiyon kaynaklarına maruz kalmaktan korumak için kullanılmalıdır.
- Kişisel koruyucu ekipman (ör. eldivenler, maskeler ve önlükler) ve hasta bireylerin ayrı oda veya alanlarda izolasyonu dahil olmak üzere bulaşın engellenmesi için alınması gereken önlemler, hasta bir kişinin sahip olduğu semptomların türlerine bağlıdır. Bu önlemler gerekli olduğunda uygulanmalı ve mümkünse, özel ihtiyaçlar tahliye merkezi personeli enfeksiyon kontrolü konusunda eğitim almış sağlık personeli olmalıdır.

Dipnotlar

- Gıda çalışanları işe başlamadan önce ve herhangi bir tuvalet ziyaretinden veya moladan işe dönmeden önce ellerini sabun ve suyla yıkamalı, alkollü el jeli kullanılmamalıdır.
- Standart Önlemler (özet): Herhangi bir hasta bireyin bakımı sırasında, personel şunları yapmalıdır.
 - Kan, vücut sıvıları, solunum salgıları veya potansiyel olarak kontamine yüzeylerle el teması bekleniyorsa eldiven giyin.
 - Giysiler hastanın kanı, vücut sıvıları veya solunum salgılarıyla kirlenme olasılığı varsa, tek kullanımlık bir önlük giyin.
 - Eldivenleri ve önlükleri her hasta karşılaşmasından sonra değiştirin ve eldivenleri çıkardıktan hemen sonra ellerinizi yıkayın veya alkollü el jeli kullanın.

- Bir hastaya dokunmadan önce ve sonra, hastanın çevresine dokunduktan sonra veya hastanın solunum salgılarına dokunduktan sonra, eldiven giyilip giyilmemesine bakılmaksızın ellerinizi yıkayın veya alkollü el jeli kullanın.
- Eller gözle görülür şekilde kirli veya solunum salgıları ile kontamine olduğunda, ellerinizi sabun (sade veya antimikrobiyal) ve su ile yıkayın.