



# PANDEMİ DÖNEMİ OKULA DÖNÜŞ

Psk. Danışman İlknur ÜNLÜ

■ Bulaşıcı hastalıklar halen dünyada en sık görülen hastalık grubunu oluşturmaktadır. Uygun el yıkama pratiğinin insanlara kazandırılması halinde, bu hastalıkların sıklığında önemli derecede azalma sağlanabilmektedir. Konunun önemi hemen herkes tarafından bilinmekle birlikte yine hemen herkes tarafından ihmal edilmektedir. El yıkamanın amacı kimyasal ve fiziksel zararlıların ve bulaşıcı hastalıklara yol açan mikroorganizmaların uzaklaştırılmasıdır. Sadece su ile elin yıkanması görünen kirlerin giderilmesini sağlarken, su ile birlikte sabun kullanıldığında gerçek temizlik sağlanabilmektedir. Tırnaklar, kolay kirlenebilir ve etle tırnak arasında kir birikebilir. Bunların düzenli olarak temizlenmesi gerekir. Tırnaklar yenmemeli ve koparılmamalıdır. Haftada bir yarım ay biçiminde kesilmelidir.

- ❑ Eller nasıl yıkanmalıdır?
- ❑ \* Akan su altında eller ıslatılmalı ve sabunlanmalıdır.
- ❑ \* En az 20 sn boyunca ellerin bütün yüzeyleri ovalanmalıdır.
- ❑ \* El sırtı ve el ayasının dikkatlice ovalanması unutulmamalıdır.
- ❑ \* İyice yıkanan eller bol su ile durulanmalıdır.
- ❑ \* Tek kullanımlık kâğıt havlu-peçete ile kurulanmalıdır.

■ Eller ne zaman yıkanmalıdır?

■ Günlük yaşamımızda yemek yemeden önce ve sonra, tuvalete girmeden önce ve sonra, diş, ağız, yüz ve göz temizliği yapmadan önce, ders aralarında, kirli, tozlu bir işi tamamladıktan sonra, dışardan eve gelince, hasta olan bir yakını ziyaret ettikten sonra ve hapşırık veya öksürük esnasında (ağızlar tek kullanımlık peçete veya dirsek arası ile kapatılmalı) ellerimizi mutlaka yıkamalıyız.

## ■ EVDE YAPILMASI GEREKENLER

- Ateş, öksürük, burun akıntısı, solunum sıkıntısı, ishal şikayetlerinden herhangi birisi olan öğrenci okula bilgi verilerek okula gitmemelidir. Aile içerisinde ateş, öksürük, burun akıntısı, solunum sıkıntısı gibi COVID-19 belirtileri olan ya da COVID-19 tanısı alan, temaslı olan kişi bulunması durumunda okula ivedilikle bilgi verilmeli ve öğrenciler okula gönderilmemelidir. Öğrenci yanında en az bir mini el dezenfektanı ve iki koruyucu bez maske bulundurmalıdır. Evden çıkmadan önce bunların öğrencinin yanında olduğunun kontrolü yapılmalıdır. Öğrencinin her gün aynı kişi tarafından okula bırakılması ve alınması sağlanmalıdır. Öğrenciyi okula bırakan ve alan kişilerin risk grubundan olmamasına dikkat edilmelidir. Okul dönüşü hane halkının sağlığını korumak açısından kıyafetler değiştirilmeli ve yıkanmalıdır.

- Okul başlama ve bitiş saatlerinden çok erken ya da çok geç okula gelmeyiniz. en fazla 5 dakika önce okula gelinmelidir
- Okul kantini kapalı olacağından öğrenciler kahvaltılarını evde yapmalı ve çantalarında sadece su olmalıdır.

- Öğrencilerin birbirlerinden herhangi bir eşya alması yasaktır.
- • Salgınla başa çıkmada beden temizliği kadar giysilerin de temizliği önemlidir, bu nedenle her gün temiz kıyafetlerle okula gelinmelidir.
- • Salgın sürecinde aile içinde ve okulda oluşabilecek sorunları öncelikle sınıf öğretmenlerinizle paylaşmanız, gerekli görmeniz durumunda da rehberlik servisine danışmanız, sorunları birikmeden ve kalıcı olmadan çözüm yolları bulmanız önerilir.