



# AFET BÖLGELERİNDE HALK SAĞLIĞININ YÖNETİMİ



## AFETLERDE SOLUNUM YOLU ENFEKSİYONLARI



- Soğuk havalarda özellikle havalandırması yetersiz, aşırı kalabalık ortamlarda yaşayan insanlarda akut solunum yolu enfeksiyonlarının sayısı artmaktadır.



- Barınma sorunu nedeniyle insanlar hijyen yetersizliği, sınırlı yaşam desteği olan, kalabalık ortamlarda yaşamak zorunda kalmaktadır.



- Üstelik yaşanan stres, yorgunluk ve beslenme eksiklikleri de felaketzedelerin bağışıklık sistemini zayıflatmaktadır.



## SOLUNUM YOLU ENFEKSİYONLARINDAN KORUNMAK İÇİN

• Solunum yolu şikayetleri olan kişiler ile teması en aza indirilmelidir.

• Eller sık sık ve sabun ile yıkanmalıdır.

• Öksürük ve hapşırık kol içine yapılmalıdır.

• Yiyecek kapları, diş fırçası ve havlu gibi kişisel eşyaları paylaşılmamalıdır.

• Beslenme dengeli ve sağlıklı, uyku düzenli olmalıdır.

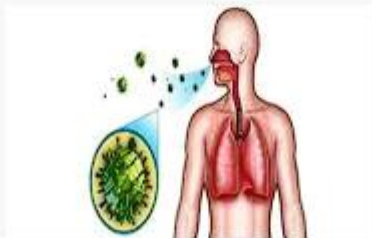
• Çadır içinde bile ara ara havalandırma yapılmalıdır.

• Solunum damlacıkları ve salgıları için tek kullanımlık mendil kullanılmalıdır.

• Kullanılmış mendilleri çöp kutusuna atılmalıdır.

• Belirtiler görülürse en kısa sürede sahra hastanesine başvurulmalıdır.

• Hasta olan kişiler izole edilmelidir.



# DEPREM BÖLGESİNDE İSHALLER OLABİLİR!!!

## İSHALDE TEHLİKE İŞARETLERİ

**Yüksek Ateş**

**Şiddetli Karın**

**Ağrısı**

**Dışkıda yoğun  
kıvamlı, sümüksü  
yapı olması**

**48 saatte ishalde  
iyileşme olmaması**

**Dışkıda Kan**

**Olması**

# Afet Bölgesinde İshal Olmamak için Öneriler



Yemek yemeden  
ve yedirmeden  
önce ellerin  
temiz  
olduğundan  
emin  
olunmalıdır



Kirli sular  
kullanılmamalı  
ve içilmemelidir.  
İmkan varsa 3  
dk. kaynatılıp  
kullanılmalıdır.



Yiyeceklerin  
bozuk  
olduğundan  
şüphe edilirse  
(kötü koku, tat,  
renk değişikliği)  
yenmemeli ve  
yedirilmemelidir.

Bebek anne  
sütü ile  
besleniyorsa,  
mutlaka devam  
edilmelidir.  
Emziren kişi  
buldukça temiz  
su, meyve suyu  
içmelidir.



Çöpler,  
özellikle bebek  
bezi ve kirli  
bezler mutlaka  
torbasına  
koyulup,  
bağlanmalıdır.  
En yakın çöp  
bölgesine  
atılmalıdır

# AFETLERDE UYUZ HASTALIĞI

## Hastalık İnsanlara Nasıl Bulaşır?

Uyuz genellikle hasta olan biriyle doğrudan ve uzun süreli yakın temas ile bulaşır.



Kişiden kişiye genellikle 15-20 dakikalık bir sürede bile yakın temasa bulaşabilir.

Kişisel eşyaların ortak kullanımı uyuzun bulaşmasını ve yayılmasını kolaylaştırır.

Yatak takımı, giysi ve havlu gibi kişisel eşyaların ortak kullanımı uyuzun bulaşmasını ve yayılmasını kolaylaştırır.

## Hastalığın Belirtileri Nelerdir?

En önemli belirtisi şiddetli gece kaşınmasıdır. Kaşınma, kişinin yatağa girip ısınması ile artar.

Kaşınma genellikle el parmak araları, el bileğinin iç yüzü, bilekler, koltuk altları, dirsekler ve kasıklarda görülür.



Şiddetli kaşınma

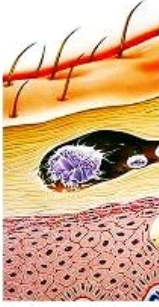
## Belirtiler kaç gün içinde ortaya çıkar?

İlk defa uyuzla yakalanan bir kişide belirtilerin başlaması 2-6 hafta kadar sürebilir. Ancak daha önce uyuzla yakalanan bir kişide, belirtiler genellikle maruz kaldıktan 1-4 gün içinde ortaya çıkar.

## Hastalığın Tedavisi Var mıdır?

Uyuz tedavi edilebilir bir hastalıktır. Tedavide kullanılan ilaçlar hekimin önerdiği şekilde, dozda ve sürede kullanılmalıdır.

Hasta ile beraber doğrudan ve uzun süreli yakın teması olanların da tedavi edilmesi gerekir



Uyuz böceği deride tüneller açarak içinde yaşarlar

## Afetlerde Hastalıktan Korunmak İçin Ne Yapılmalıdır?

Hastalığın önlenmesi ve kontrolü için uyuz olan kişi ile birlikte yaşayan kişilerin de aynı zamanda tedaviye alınması son derece önemlidir.

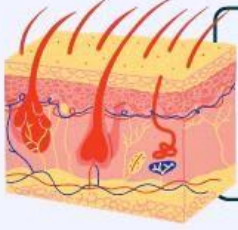
Kullanılan giysiler, çarşaf ve havlular en az 60 derecede yıkanmalıdır.

Yıkanamayacak eşyaların ağız bağlı olan bir poşet içerisinde ortalama üç gün saklanması gerekir.





# Deprem Sonrasında Uyuz Hastalığı



Uyuz akarının (böcek) sebep olduğu dünyada yaygın olarak görülen bir deri hastalığıdır.

En önemli belirtisi **şiddetli gece kaşıntısıdır**. Kaşıntı, kişinin yatağa girip ısınmasıyla artar ve kişiyi uykudan uyandırabilir.



Doğrudan **yakın temasla** bulaşır. Eşyalardan çok, uyuz etkeni taşıyan kişiyle direk temas etmemek önemlidir.

Mümkünse kıyafetler 60 C derecede yıkanmalı ve ütülenmelidir. Yatak takımları birkaç gün havalandırılmalıdır.



Yıkanamayacak eşyaların ağzı bağlı olan bir poşet içerisinde ortalama 3 gün saklanması gerekir.



Su sanitasyonu ile ilgili en acil eylemler;

- Yeterli miktarda güvenli su sağlanması,
- Temel sanitasyon düzenlemeleri ve
- İyi hijyen davranışlarının teşvik edilmesidir.



### Suyun kullanımı için acil öneriler deprem bölgesindeyseniz:

1. Hiçbir su kaynağına tuvaletinizi yapmayınız,
2. Bebek bezleri ve pedlerinizi su kaynaklarından uzak bölgelere atınız,
3. Rengi, kokusu, görüntüsü farklı olan suları tüketmeyin,
4. Kar veya yağmur suyu içmeyiniz.

### SULARIN DEZENFEKSİYONU

#### Kaynatma:

100 C'de 3 dk. Suyun acılığını azaltmak için kaptan kaba boşaltılabilir. Bu sayede suyun oksijenlenmesi sağlanabilir



#### Klor Tabletler



30 dk sonra etkisi görülür.

(SU KİRLİ) 5 litre suya 1 tablet = 0.5ppm

(SU TEMİZ) 12,5 litre suya 1 tablet = 0.2ppm



### Çamaşır Suyu:

%5 çamaşır sularından 1 ölçü çamaşır suyuna 4 ölçü, %10'luk çamaşır suyundan ise 1 ölçü çamaşır suyuna 9 ölçü su katılarak ana çözelti hazırlanır. Genellikle ışığı geçirmeyen vidalı kapaklı cam şişelere konularak 15 gün süre ile kullanılır. İçilecek 1 lt suyun içerisine 3 damla damlatılarak 30 dk bekletilir.



Meyve sebze yıkanacak suya 20 damla damlatılarak bu suya daldırılan meyve ve sebzeler 30 dk bekletilir.

### Kireç kaymağı:



İçerisinde %25 aktif klor bulunduğu varsayılır. Bir litre suyun içerisine 2 çorba kş (40 gr) kireç kaymağı katılır. Bu karışım 30 dk dinlendirilir. Üstteki çözelti %1'lik ana çözeltidir. Işıktan korunursa 15 gün saklanabilir. Bu çözülden bir litre suyun içine 3 damla katılır. 30 dakika sonra kullanılır.

### Suların Solar (Güneş Işığı ile)

#### Dezenfeksiyonu:

Elde hiçbir dezenfektan madde yoksa kullanılacak etkili bir yöntemdir. Sudaki patojenlerin güneş ışınlarında bulunan ultraviyole ile inaktive edilmesi esasına dayanır. Temiz plastik pet şişelerde sular güneş alan bir yere konur ve gün boyunca güneş ışığına bırakılır. Temiz su yardımı gelene kadar bu sular kullanılabilir.



## Vücudunuzda Sıvı Kaybı Olup Olmadığını Basit Bir Teknik ile Anlayabilirsiniz

Bebek ve küçük çocuklarda kusması ve ishali olan kişilerde, yaşlılarda, Ağır işte çalışanlarda (arama kurtarma ekipleri vb) ağır sıvı kayıpları olabilir!!!

1. El derisi, parmak uçları ile çimdik atar gibi tutulmalı, deri önce kaldırılmalı sonra bırakılmalıdır.

Şekil 1



ŞEKİL 1

Deri **hemen** eski halini alıyor ise SIVI KAYBI YOK demektir.

Şekil 2



ŞEKİL 2

2. Çimdik gibi tutup, bıraktığınız deri eski halini almıyor veya geç alıyor ise, 3. Şekildeki gibi deri kalkıyorsa **SIVI KAYBI VAR** demektir.

Şekil 3



ŞEKİL 3

Eğer Sizin, Bebeğin, Çocuğun, Yaşlınızın Derisini Bırakınca Şekil 3 de ki Gibi İse Kalıyor İse **Sıvı Alımı Artırılmalıdır.**

Bu teknik bebeğin karın dersine uygulanarakta yapabilir.

**ÖNEMLİ Not: Bazı Kişilerde Sıvı Kısıtlaması Gerekebilir Bu Durumda Doktor Muayenesi Gereklidir.**

# Deprem Sonrasında Hayvan

## Isırmalarına Dikkat



**Hayvan ısırıkları bedende doku yaralanmasına neden olabilir ve sonrasında tetanoz ve kuduz ortaya çıkabilir.**

### Hayvan Isırmalarında Yapılacaklar

**Yaraya dokunmadan önce eller su ve sabunla yıkanmalıdır. Varsa, alkol bazlı dezenfektanlar da kullanılabilir.**

**Isırılan kişinin kanı veya yarası ile temas edilmemelidir.**

**Yara, 10-15 dakika su ve sabunla yıkanmalıdır.**

**Isırılan kişi kuduz ve/veya tetanoz aşılı yapdırmak ve yara bakımı için bir sağlık kuruluşuna yönlendirilmelidir.**

**Yara şiddetli kanıyorsa yaraya doğrudan bası uygulanarak kanama durdurulmalıdır.**

**Yara, kuru-temiz bir bezle veya bandajla örtülmelidir.**

**Yara üzerine herhangi yabancı bir madde (çeşitli otlar, biber, yağ, benzin vs.) dökülmemelidir ve yara üzerinde herhangi bir işlem yapılmamalıdır.**



# Deprem Sonrasında Yılana Dikkat



⚠️ Enkazlarda ve moloz yığınlarının altında yılan görülebilir.

## Yılan Sokmasında Yapılacaklar

Yılanın rengi ve şekli önemlidir. Akılda tutulmaya çalışılmalıdır.

Yılanın ısırması durumunda zehirli olduğu varsayılır.

Kişi, ısırık yeri kalp seviyesinin altında olacak şekilde yatırılmalı veya oturtulmalıdır

Yara temiz bir pamuklu bez veya bandajla örtülmelidir.

## Yılan Sokmasında Yapılmaması Gerekenler

Isırılan kişinin kanıyla temas dilmemelidir.

Turnike uygulanmamalıdır.

Yara bıçakla kesilmemelidir

Zehri emilmemelidir.



# Deprem Sonrasında Dikkat

## AKREP



- ⚠️ Yaz dönemi olmadığı için sık görülmemesi bekleniyor
- ⚠️ Ancak olması durumu yine göz önünde bulundurulmalıdır.

## Akrep Sokmasında Yapılacaklar

Akrep uzun kuyruğunun sonundaki iğnesi ile sokar ve öldürücü olabilir.

Sokulan yere kesme veya emme gibi herhangi bir işlem yapılmamalıdır.

Hasta/yaralı sakinleştirilmelidir.

Sokmanın olduğu bölge hareket ettirilmemelidir.

Sokulan yer, su ve sabunla nazikçe yıkanmalıdır.

Sokulan yerin üzerine 15 dakika soğuk uygulama yapılmalıdır.

Kan dolaşımını engellemeyecek şekilde bandaj uygulanmalıdır..

Şiddetli ağrı varsa ağrı kesici verilmelidir.

112 acil yardım numarasını arayarak ya da aratarak yardım istenmelidir.





## AFETLERE YÖNELİK MENSTRUAL (Adet) HİJYENİ BİLGİLENDİRME NOTU



Bulaşıcı hastalıkların artabileceği afet döneminde kadınların adet hijyenlerine özen göstermeleri gerekmektedir.

Kadınların yeterli miktarda hijyenik ve kaliteli regl(adet) malzemelerine erişmeleri,

Regl(adet) için kullandıkları malzemeleri değiştirmek ve temizlemek için kadın dostu tuvaletlere ulaşmaları,

Yeterli miktarda su ve sabuna ulaşarak vücut temizliklerini sağlamaları önemlidir.



## AFETLERE YÖNELİK CİNSEL SAĞLIK VE ÜREME SAĞLIĞI BİLGİLENDİRME DİZİSİ-1



Toplumsal cinsiyet açısından bakıldığında kadınlar; kriz anının getirdiği sıkıntılardan ve sağlık sorunlarından daha fazla etkilenmektedir.

Kadınların cinsel sağlık ve üreme sağlık hizmetlerine erişimi normal zamanlarda olduğu gibi kriz durumlarında da sağlıklı bir şekilde sağlanmalıdır.

Kadınların ve erkeklerin cinsel ve üreme sağlığı hizmetlerini içeren temel sağlık hizmetlerine erişimlerinin sağlanması gereklidir ve yapılacak planlamalarda konu göz ardı edilmemelidir.

Acil obstetrik bakım ve yeni doğan bakım hizmetinin sağlanması ile anne ve yeni doğan ölüm ve hastalıkları önlenebileceği unutulmamalıdır.



## AFETLERE YÖNELİK CİNSEL SAĞLIK VE ÜREME SAĞLIĞI BİLGİLENDİRME DİZİSİ-2



2014

Özellikle kadınların fiziksel güvenliğini sağlayacak tedbirler ele alınmalı, geçici yerleşim yerleri planlanırken sağlık kuruluşlarının kadınların kolayca yararlanabileceği şekilde dizaynı ve yerleştirilmesine önem verilmelidir.

Sağlık tesislerinde güvenli alanlarda kadın ve erkekler için ayrı ayrı tuvalet, banyo ve el yıkama alanlarının oluşturulması sağlanmalıdır.

Toplumsal cinsiyet kaynaklı her tür şiddetten kadınların korunması sağlanmalıdır.

Hepatit B, C ya da sifiliz gibi transfüzyon geçişli enfeksiyonlar ve HIV geçişini önlemek için kanın güvenli kullanımı önemlidir. Bunun için Dünya Sağlık Örgütü tarafından belirlenen kan transfüzyonu standart kriterlerine dikkat edilmesi önemlidir.