



**14 TEMMUZ 2020
TARİHİNDE GÜNCELLENMİŞTİR**

FIP SAĞLIK DANIŞMANLIĞI

**COVID-19:
SIKÇA SORULAN SORULAR VE
YANLIŞ BİLİNENLER**

ULUSLAR ARASI ECZACILIK FEDERASYONU



Editör: Prof. Dr. Terken Baydar, Ph.D., E.R.T
TEB Eczacılık Akademisi Başkanı

Türkçe Çeviri: Murat Beşik

COVID-19: SIKÇA SORULAN SORULAR VE YANLIŞ BİLİNELER

Daha fazla bilgi ortaya çıktığında bu kılavuz güncellenecektir.

İçerik

Bu belgenin yazılma amacı	6
Virüs ve hastalığın bulaşması hakkında sorular	6
Yeni korona virüsü nedir?	6
SARS-CoV-2 virüsünün kaynağı nedir?	6
Virüs nasıl yayılır?	6
COVID-19 hiçbir belirti göstermeyen bir kişiden bulaşabilir mi?	7
Gebe bir kadın virüsü fetüse bulaştırabilir mi?	7
Virüs emzirme yoluyla anneden çocuğa bulaşabilir mi?	7
Klima sistemleri COVID-19'un yayılmasına katkıda bulunur mu?	7
SARS-CoV-2 ile MERS-CoV ve SARS virüsleri aynı virüs mü?	7
Kendimi virüsten korumak için ne yapabilirim?	8
COVID-19'a yakalanıp iyileşen insanlar yeniden hasta olabilir mi?	8
Havalar ısınınca COVID-19 da sona erecek mi?	8
COVID-19 vakalarının olduğu bir ülkeden posta veya kargo almak güvenli mi?	8
COVID-19 sivrisinek ısırığı yoluyla bulaşabilir mi?	8
Tıbbi maske takmak hastalıktan korunmada etkili olur mu?	8
Dışarı çıkarken plastik veya lateks eldiven giymek virüs bulaşmasını engeller mi?	8
Hastalığa yol açan minimum viral yük nedir?	8
Evcil hayvanlardan COVID-19 bulaşabilir mi?	9
Yüksek sayıda COVID-19 vakası barındıran bir ülkeye yolculuk yaptım. Ne yapmalıyım?	9
Hastalığın başlangıcı iyi iyileşme arasında ortalama ne kadar zaman geçer?	9
Virüs mutasyona uğrayacak mı, uğrarsa bu tedavi seçeneklerini nasıl etkiler?	9
COVID-19 hastalarda sekeller bırakır mı?	9
Neden çocuk vakaları yetişkin vakalarından daha hafif geçiyor?	9
Semptom göstermeyen birisinin COVID-19 testi pozitif çıkarsa aynı evde yaşayan insanlar için nasıl bir risk söz konusudur?	9

Tedavi seçenekleri ve aşılarda üzerine sorular	10
Pnömoni aşılı COVID-19'a karşı koruma sağlar mı?	10
COVID-19 tedavisinde antibiyotikler etkili mi?	10
Artmış COVID-19 şiddeti riski nedeniyle ACEi veya ARB tedavileri kesilmelidir mi?	10
COVID-19 hastalarında ateş ve ağrıyı yönetmek için ibuprofen dahil nonsteroidal antiinflamatuar ilaçlar kullanmak güvenli midir?	10
Salbutamol ve diğer beta-agonist ilaçlar hafif vakalarda solunum sıkıntılarının hafifletilmesi veya azaltılmasında yardımcı olur mu?	10
İmmünglobülin üretiminin artırılmasına yardımcı olacak bir tedavi var mı?	10
Antivirallerin kullanımına ilişkin devam eden klinik deneylerde veriler nasıl elde ediliyor?	10
COVID-19 kaynaklı ilaç noksanlığı hakkında kılavuz var mı?	11
COVID-19 kaynaklı ilaç etkileşimleri hakkında kılavuz var mı?	11
Metmorfin COVID-19 yönetiminde kullanılabilir mi?	11
Hemşirelere COVID-19 bulaşmasının önüne geçebilmek için hastane ortamında hastalara ilaçların toplu olarak verilmesi veya doz aralıklarının genişletilmesi tavsiye edilebilir mi?	11
Antiretroviral tedavi gören hastalarda risk daha mı yüksek?	11
MERS için onaylanan ilaçların klinik araştırmaları COVID-19'a uygulanabilir mi?	11
Multivitaminler ve bağışıklık sistemini güçlendiren ilaçlar insanların virüsten korunmasında yardımcı olur mu?	12
C vitamini ve çinko COVID-19'ın önlenmesi için kullanılmalı mıdır?	12
Semptomlar, tanı ve testler hakkında sorular	12
Hapşırma tipik bir semptom değilse neden sürekli hastalığın yayılması ile ilişkilendiriliyor?	12
Neden virüs bulaşan bazı insanlar testlerde negatif sonuç veriyor?	12
Ateşim ve öksürüğüm var. Yeni korona virüsü kapmış olabilir miyim?	12
Birden şiddetli belirti göstermeye başlanırsa ilk olarak ne yapılması gerekir?	13
Hastalar çoğunlukla tat ve koku kaybı yaşadıklarını ifade ediyorlar. Bunlar COVID-19 belirtisi mi?	13
Hastalık bulaşmış kişileri tespit etmede termal kameralar ne kadar etkilidir?	13
Kan gruplarının hastalığın bulaşmasında etkili olduğu doğru mu?	13
Enfeksiyon önleme ve kontrolü hakkında sorular	13
Hastane eczanelerinde veya serbest eczanelerde uygulanabilecek en iyi COVID-19 önleme tedbiri nedir?	13
Semptomların kaybolmasından sonra hastaların 14 gün daha hastalığı bulaştırabileceği düşünülüyorsa, bu süre zarfında karantinada olmaları gerekmez mi?	13
FFP2/N95 maskeleri çoklu kullanıma uygun mudur, yoksa kullanıldıktan sonra atılmalı mıdır?	14
Kaynakların sınırlı olduğu bölgelerde faaliyet gösteren ve maskeye erişim sağlayamayan eczacılara hangi tavsiyelerde bulunabilirsiniz?	14
Ticari olarak üretilen dezenfektanların bulunamaması durumunda insanlar kendi ürettikleri alkol bazlı dezenfektanları kullanmalı mıdır?	14
Hastalık bulaşmasını engellemek için eldiven kullanılması tavsiye edilmekte midir?	15
Serbest eczane faaliyetleri ve acil durum planları hakkında sorular	15
Hastalara temas etmeyi gerektiren eczane hizmetlerine salgın süresince ara verilmeli mi?	15
Serbest eczacılar N95/FFP2 maskeleri kullanmalı mı, yoksa cerrahi maskeler yeterli mi?	15
İzolasyon, temizlik ve ailenin korunması bağlamında eczacılar işten eve geldiklerinde ne yapabilirler?	15

Hava ve/veya yüzey temizliğinde ozon etkili mi?	15
Eczacıların halka sunabilecekleri psikolojik destekler nelerdir?	16
Eczacılar sosyal medyada yayılan şehir efsaneleri ile nasıl mücadele edebilirler?	16
Eczacıların pandemide yerine getirdikleri görev neden medyada kendine yer bulamıyor?	16
Yanlış bilinenler	17
COVID-19 sadece yaşlıları veya önceden herhangi bir hastalığı olanları etkilemektedir	17
Hastalık hakkında daha fazla bilgi sahibi olana kadar hastalıktan etkilenmiş bölgelerde yaşayan insanlarla yakın temasa girmekten kaçınılmalıdır	17
Bu virüs laboratuvarında üretilmiştir	17
Sarımsak yemek COVID-19 bulaşma riskini azaltır	17
Barut dumanı COVID-19'dan korur mu?	17
Vücudunuzun her yerine alkol veya klor püskürtmek yeni korona virüsünü öldürebilir	17
Susam yağı uygulanması COVID-19'un vücuda girmesini engeller	17
Anason tohumu çayı içmek COVID-19 bulaşmasını engelleyebilir	17
Kaynakça	19
Geçerlilik	21
Teşekkürler	21

Bu belgenin yazılma amacı

Aralık 2019'dan bu yana, yeni bir insan korona virüsü salgını birçok ülkeye yayılarak milyonlarca vaka ve yüzbinlerce ölüme neden olmuştur. Yeni virüs SARS-CoV-2'nin neden olduğu hastalık COVID-19'dur. Virüs toplum içinde solunum damlacıkları ve hasta bireyler ve kontamine yüzeyler ile doğrudan temas ile bulaşır. Virüs bulaşan insanların çoğu hafif veya ortalama semptomlar gösterirken yaklaşık %20'sinde hastalık hastane tedavisine ihtiyaç duyacak şiddette seyretmektedir. Hastalığı daha şiddetli geçirme riski altında bulunan hasta grupları yaşlılar, altta yatan hastalığı olan hastalar ve doğuştan veya edinsel bağışıklık yetersizliği olan hastalardır. Yoğun bakım da dâhil olmak üzere hastanede tedaviye ihtiyaç duyan COVID-19 hastalarının sayısındaki artış dünyadaki sağlık çalışanlarının ve sağlık sistemlerinin üzerinde büyük bir yük oluşturmaktadır. Bu yük virüsün yayılmasını kontrol altına alabilmek için birçok ülkeyi karantina, acil durum politikaları ve sosyal mesafe tedbirlerini uygulamak zorunda bırakmıştır. Eczacılar dâhil olmak üzere bütün sağlık çalışanları, bu pandemiyi yönetilmesi ve kontrol altına alınmasında hayati bir rol oynamışlardır ve oynamaktadırlar.

Bu belgenin hazırlanış amacı halkın, eczacıların ve eczane işgücünün sıklıkla sorduğu sorulara yanıt vermektir. Bu belgede, COVID-19 ve tedavisi hakkındaki şehir efsanelerine ve yanlış bilinenlere cevap sunmaktır.

Dünya Sağlık Örgütü Genel Direktörü Tedros Adhanom Ghebreyesus'un da belirttiği gibi, "Sadece pandemi ile değil, aynı zamanda bir infodemi ile de mücadele ediyoruz." Infodemi, bazıları doğru, bazıları yanlış olmak üzere etrafta aşırı derecede bilgi olması ve insanların ihtiyaç duyduklarında güvenilir kaynaklara erişememesi durumudur. İnsanlara güvenilir ve kanıta dayalı bilgi ve tavsiye sunumuna da etki etmektedir.

Virüs ve hastalığın bulaşması hakkında sorular

Yeni korona virüsü nedir?

Yeni korona virüsü daha önce tanımlanmayan bir virüstür. SARS-CoV-2, soğuk algınlığı gibi hafif hastalıklara yol açan, daha önce insanlara bulaşmış olan korona virüsü türlerinden farklıdır. Korona virüsleri olan 229E, NL63, OC43 veya HKU1 tanıları, SARS-CoV-2 tanısından çok farklıdır; dolayısıyla, SARS-CoV-2 tanısı alan hastalar diğer yaygın korona virüslerinden farklı bir değerlendirme ve tedaviye tabi tutulmaktadır. (1)

SARS-CoV-2 virüsünün kaynağı nedir?

Halk sağlığı yetkilileri ve paydaşları, SARS-CoV-2 virüsünün kaynağını belirleyebilmek için çalışmaya devam etmektedir. Korona virüsleri geniş bir virüs ailesidir ve bazı türleri insanları hasta ederken bazıları deve, kedi ve yarası gibi hayvanlar arasında görülür. Genetik ağacının incelenmesi virüsün kaynağını net bir biçimde ortaya çıkaracaktır ve bu virüs ile bazı yarası türlerinde yaygın olarak bulunan diğer korona virüsleri arasındaki yüksek benzerlik nedeniyle yarasalardan şüphelenilmektedir. Daha önce insanlara bulaşmış olan SARS-CoV virüsü insanlara Afrika misk kedisinden, Ortadoğu Solunum Sendromu (MERS) ise develerden bulaşmıştır. (1)

Virüs nasıl yayılır?

Virüs muhtemelen hayvansal bir kaynaktan ortaya çıkmış olsa da, şu anda insandan insana bulaşmaktadır. Çoğu zaman, kişiden kişiye yayılma yakın temaslar sırasında (yaklaşık 1,8 metre) ve esas olarak enfekte bir kişi öksürdüğünde veya hapsirdiğinde, grip ve diğer solunum patojenlerinin yayılma şekline benzer şekilde, saçılan solunum damlacıkları yoluyla olur. Bu damlacıklar yakınlarda bulunan kişilerin ağızlarına, burunlarına veya gözlerine girebilir veya muhtemelen akciğerlerce solunur. Enfeksiyon, bir kişi enfekte olmuş bir yüzeye ve ardından gözlerine, burnuna veya ağızına dokunursa da ortaya çıkabilir.

COVID-19 hiçbir belirti göstermeyen bir kişiden bulaşabilir mi?

SARS-CoV-2'nin belirti göstermeyen asemptomatik veya semptom öncesi bireylerden (veya kuluçka süresi içindeki bireylerden) bulaştığı tanımlanmıştır. Ancak, bunun ne ölçüde meydana geldiği bilinmemektedir. Büyük ölçekli serolojik tarama, asemptomatik enfeksiyonların kapsamının daha iyi anlaşılmasını sağlayıp epidemiyolojik analiz için bilgi verebilir. (2)

Gebe bir kadın virüsü fetüse bulaştırabilir mi?

Gebelik sırasında COVID-19 hakkında çok az bilgi mevcuttur. Gebelik esnasında (rahim içi) veya perinatal bulaşma tanımlanmamıştır. Şüpheli veya doğrulanmış COVID-19 pnömonisi olan 18 gebe kadını kapsayan iki raporda, virüsün yenidoğana bulaştığına dair laboratuvar kanıtı yoktur. Bununla birlikte, iki yenidoğan enfeksiyon vakası belgelenmiştir: Bunlardan biri, her ikisi de enfekte olan annesi ve hemşire ile bebeğin yakın temasından sonra ve doğumun 17. gününde tanı almıştır. Diğer vaka doğumdan 36 saat sonra tanı almış ve kimden ve ne zaman bulaştığı belirlenememiştir. (3)

Virüs emzirme yoluyla anneden çocuğa bulaşabilir mi?

COVID-19 ve başka bir korona virüsü enfeksiyonu olan Şiddetli Akut Solunum Sendromu (SARS-CoV) ile ilgili sınırlı sayıdaki çalışmada, virüs anne sütünde tespit edilmemiştir. Yine de COVID-19'lu annelerin virüsü anne sütü ile bulaştırıp bulaştıramayacakları bilinmemektedir. Anne sütü birçok hastalığa karşı koruma sağlar. Emzirme veya anne sütüyle beslemenin tavsiye edilmediği seyrek istisnalar vardır. ABD'deki Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri, gripli bir annenin bebeğini emzirmeye veya anne sütüyle beslemeye devam etmesini ve virüsün bebeğe geçmesini önlemek için önlemler almasını önermektedir. Solunum yoluyla bulaşan virüslerin anne sütüyle bulaşma oranlarının düşük olduğu göz önüne alınarak, Dünya Sağlık Örgütü şu anda COVID-19'lu annelerin emzirebileceğini belirtmektedir. (4)

Klima sistemleri COVID-19'un yayılmasına katkıda bulunur mu?

Virüsün kapalı alanlarda yayılmasında havalandırma ve klima sistemlerinin rolü üzerine mevcut veriler sınırlıdır.

Diğer yandan, Avrupa Hastalık Önleme ve Kontrol Merkezi bu hususta bir kılavuz yayımlayarak aşağıdaki sonuçlara ulaşmıştır:

- Şu an itibarıyla ısıtma, havalandırma ve iklimlendirme sistemleri kanallarıyla dağıtılan bulaşıcı aerosollerin insanlara SARS-CoV-2 bulaştırdığına dair hiçbir kanıt yoktur. Risk çok düşük olarak görülmektedir.
- Klimalar da dahil olmak üzere düzenli olarak bakımı yapılan havalandırma sistemleri SARS-CoV-2 içeren büyük damlacıkları güvenli bir biçimde filtreleyebilir. İçerideki havanın yeniden sirküle edilmesi durumunda, COVID-19 aerosollerinin (küçük damlacık ve damlacık çekirdekleri) havalandırma sistemleri tarafından kapalı alan veya araç içinde yayılması mümkündür.
- Havalandırma sistemleri tarafından oluşturulan hava akımı, enfekte insanlar tarafından salgılanan damlacıkların kapalı alanlarda daha uzun mesafelere yayılmasını neden olabilir.
- Hava değişiminin artırılması, hava sirkülasyonunun azaltılması ve açık hava kullanımının artırılması ile havalandırma sistemleri, virüsün bulaşmasının engellenmesinde tamamlayıcı bir rol oynayabilir.

SARS-CoV-2 ile MERS-CoV ve SARS virüsleri aynı virüs mü?

Hayır. Korona virüsleri geniş bir virüs ailesidir. Bazıları insanlarda hastalıklara yol açarken bazıları da deve, kedi ve yarası gibi hayvanlar arasında görülür. Son dönemde çıkan SARS-CoV-2 virüsü, SARS veya MERS hastalıklarına neden olan korona türü değildir. Ancak, yapılan genetik araştırmalar, SARS-CoV-2 virüsünün SARS'a neden olan virüs ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu alandaki araştırmalar devam etmektedir ve yeni bilgiler oluşukça paylaşılacaktır. (1)

Kendimi virüsten korumak için ne yapabilirim?

Enfeksiyonların yayılmasını önlemek için olağan hijyen önlemlerine uyulmalıdır: Düzenli el yıkama, öksürürken ve hapşırıırken tek kullanımlık kağıt mendil kullanarak ağız ve burnu örtmek, yoksa dirseğinizi bükerek kolunuzun altına doğru öksürmek ya da hapşırarak, et ve yumurta gibi hayvansal gıdaları iyice pişirmek vb. gibi. Aynı evde yaşamadığınız kişilerden, özellikle de öksürme ve hapşırma gibi solunum yolu rahatsızlığı belirtileri gösteren kişilerle açık havada veya kapalı mekanda yakın temastan kaçının. (5)

COVID-19'a yakalanıp iyileşen insanlar yeniden hasta olabilir mi?

COVID-19'a karşı bağışıklık sisteminin ürettiği yanıtlar henüz tam anlamıyla anlaşılabilmiş değildir. MERS-CoV'a yakalanmış insanların iyileştikten sonra yeniden aynı hastalığa yakalanması pek görülmemiştir. Yine de COVID-19'a yakalanan insanların da benzer bağışıklık yanıtları geliştirdiği henüz bilinmemektedir. (13)

Havalar ısınınca COVID-19 da sona erecek mi?

SARS-CoV-2 yeni korona virüsü için bunu beklemek için nedenler mevcuttur; her ne kadar bunun arkasındaki mekanizmalar henüz bilinmiyor olsa da, diğer bütün beta korona virüsleri gibi COVID-19 da kışın daha etkili bulaşıyor olabilir. Havaların ısınmasının tek başına virüsün yayılmasını durduramayacağı, ancak yayılma hızında orta ölçekli bir değişim yaratması beklenmektedir. Grip salgını ile bir karşılaştırma yapılacak olursa, insanlara yeni bulaşan bir virüs olarak SARS-COV-2'nin kış mevsiminin sonunda dahi daha düşük bir bağışıklık düzeyiyle karşılaşması ve daha rahat yayılması beklenmektedir. Mevsim değişimi ve okulların tatil edilmesi olumlu etki yaratabilir, ancak bu gelişmelerin virüsün yayılmasını engellemesi uzak bir ihtimaldir. Çocukların virüs taşıyıcısı olup olmadıklarının belirlenmesi, bu alanda üretilen politikaların belirlenmesinde son derece önemlidir; eğer çocuklar taşıyıcı ise okulların kapatılması virüsün yayılmasını yavaşlatabilir, değil ise okul kapatmak bir kaynak israfı olacaktır. (14)

COVID-19 vakalarının olduğu bir ülkeden posta veya kargo almak güvenli mi?

Evet. Enfekte birinin ticari bir ürünü kontamine etme olasılığı çok düşüktür. Benzer bir biçimde farklı ülkeler arasında yolculuk yapan, yolda uzun süreler geçiren, farklı koşullara ve sıcaklıklara maruz kalan bir paketin COVID-19 taşıyabilmesi de oldukça düşük bir ihtimaldir. (7)

COVID-19 sivrisinek ısırtığı yoluyla bulaşabilir mi?

Hayır. COVID-19, enfekte bir insanın öksürmesi veya hapşırması veya ağızdan ve burundan gelen damlacıklar yoluyla yayılan bir solunum yolları hastalığıdır. Sivrisinekler tarafından bulaşabileceğine dair hiçbir veri yoktur. (7)

Tıbbi maske takmak hastalıktan korunmada etkili olur mu?

Tıbbi maske kullanımı hastalıktan etkilenmiş bölgelerde SARS-CoV-2 gibi solunum yolları hastalıkları virüslerinin yayılmasını sınırlandırmak için kullanılan yöntemlerden biridir. Ancak, sadece maske kullanmak yeterli düzeyde korunma sağlamaz; el hijyeni, sosyal mesafe ve yüzey temizliği tedbirleri de uygulanmalıdır. (15)

Dışarı çıkarken plastik veya lateks eldiven giymek virüs bulaşmasını engeller mi?

Hayır. Ellerinizi düzenli olarak yıkamak plastik eldivenlerden daha fazla koruma sağlar. Plastik eldivenlere de COVID-19 virüsü bulaşabilir, böyle bir durumda yüze (ağız, burun veya göz) dokunmak size de hastalığı bulaştıracaktır. (16)

Hastalığa yol açan minimum viral yük nedir?

Hastalığa yol açacak minimum viral yük miktarı şu an için bilinmemektedir. Ancak, tıpkı diğer viral hastalıklar gibi, yüksek viral yükün daha ciddi belirtiler ve kötü sağlık sonuçları ile ilgili olduğuna inanılmaktadır.

Evcil hayvanlardan COVID-19 bulaşabilir mi?

Şu an için virüsün yayılmasında hayvanların önemli bir rolü olduğuna dair hiçbir bilimsel kanıt yoktur. Eldeki sınırlı verilere göre hayvanların insanlara COVID-19 bulaştırma riskinin düşük olduğu düşünülmektedir. Sınırlı sayıda hayvanın COVID-19 ile enfekte olduğu belirtilmiş olsa da, bu bulaşların çoğu insanlarla temasın ardından gerçekleşmiştir. (17)

Yüksek sayıda COVID-19 vakası barındıran bir ülkeye yolculuk yaptım. Ne yapmalıyım?

Yüksek sayıda COVID-19 vakası barındıran bir ülkeye veya bölgeye yolculuk yapan kişilerin, virüs bulaşma riski en yüksek kişiler olduğuna inanılmaktadır.

Son 14 günde bu ülkelerden herhangi birine yolculuk yaptıysanız, semptomlara karşı tetikte olun ve kişisel mesafenizi her yerde koruyun. Kapalı yerlerdeki toplantılardan ve kalabalıklardan kaçınin ve insanlarla aranızda her zaman 1-2 metre mesafe bırakmaya özen gösterin.

Kendinizde semptom gözlemlerseniz derhal kendinizi izole edin ve tıbbi yardım arayın. Hekiminizi veya bölgenizdeki acil hizmetleri arayın. Nereye gittiğinizi telefondaki kişiye söyleyin. Semptom göstermeniz durumunda işe, okula, spora ve halka açık diğer yerlere gitmemeniz ve toplu taşıma, taksi ve otostop gibi yöntemler kullanmamanız hayati öneme sahiptir. Tıbbi yardım almanız gerekiyorsa, cerrahi maske takın.

Hastalığın başlangıcı iyi iyileşme arasında ortalama ne kadar zaman geçer?

Ortalama inkübasyon süresi 5,1 gün iken semptom gösteren hastalarda semptomlar bulaştıktan ortalama 11,5 gün sonra görülmektedir. İyileşme hafif vakalarda yaklaşık iki hafta, ciddi vakalarda ise 3-6 hafta arası sürmektedir. Birlikte ele alındığında hastalığın süresinin iki ile sekiz hafta arasında değişebildiği söylenebilir.

Virüs mutasyona uğrayacak mı, uğrarsa bu tedavi seçeneklerini nasıl etkiler?

Korona virüsünün mutasyona uğrayacağı kesindir. Grip virüsünden edinilen tecrübe ile genetik değişimlerin genetik kaymalardan daha az kaygı verici olduğu, ancak SARS-CoV-2'nin geleceği ile ilgili tahminde bulunurken bütün mutasyonların göz önünde bulundurulması gerektiği önemlidir. Mutasyonların virüsün öldürücülüğüne nasıl etki yapacağı şu an için bilinmemektedir. Geliştirilecek aşının şimdiki ve gelecekteki suşlara karşı koruma sağlayacağı ümit edilmektedir.

COVID-19 hastalarda sekeller bırakır mı?

Hastalıkla ilgili komplikasyonlar şu an için belirlenmiş olmasına rağmen uzun vadeli sekeller bilinmemektedir. Şiddetli hastalık ile ilgili komplikasyonların başlıcaları şunlardır: Akut solunum yetersizliği, aritmi, akut kardiyak hasar, pulmoner emboli, felç ve Guillain-Barre sendromu. DSÖ, iyileşmenin hafif vakalarda yaklaşık iki hafta, ciddi vakalarda ise 3-6 hafta arası sürdüğünü ifade etmektedir.

Neden çocuk vakaları yetişkin vakalarından daha hafif geçiyor?

Şu an için COVID-19 ve pediatrik vakalar hakkında sahip olduğumuz bilgiler sınırlıdır. Çocuklar yüksek hastalık riski altında gibi görünmese de bu onların düşük risk altında olduğu anlamına da gelmemektedir. Çocuklarda belirtiler yetişkinlerden daha hafif görülmektedir, ayrıca bazı vakalar tanı almamış bile olabilir. Aynı yetişkinlerde olduğu gibi, çocuklarda da sosyal mesafe ve hijyen tedbirlerinin uygulanması virüsün yayılmasını önlemek için hayati öneme sahiptir. Ayrıca çocukların dede ve anneanne/babaanne gibi yüksek risk grubunda olan yakınları ile geçirdikleri zamanın sınırlandırılması önemlidir.

Semptom göstermeyen birisinin COVID-19 testi pozitif çıkarsa aynı evde yaşayan insanlar için nasıl bir risk söz konusudur?

Pozitif olarak tanı alan biri belirti göstermese bile hastalığı bulaştırır, bu da onunla aynı evde yaşayanları tehlikeye atar. Hastalığı başkalarına bulaştırma riskini en aza indirmek için hasta kişi evin bir odasında kendini karantinaya almalıdır. Ek olarak hastanın dokunduğu eşya ve yüzeylerin dezenfekte edilmesi ile el ve yüz hijyeni de şiddetle önerilmektedir.

Tedavi seçenekleri ve aşılar üzerine sorular

Pnömoni aşıları COVID-19'a karşı koruma sağlar mı?

Hayır. Pnömonokok aşısı (PV) ve haemophilus influenzae tip b (Hib) aşısı gibi pnömoni aşıları COVID-19'a karşı koruma sağlamaz. SARS CoV-2, yeni ve farklı bir virüstür ve bu virüsten korunmak için virüsün kendi aşısına ihtiyaç vardır. Şu an için bir aşı geliştirme aşamasındadır ve bu çalışma DSÖ tarafından desteklenmektedir. PV ve Hib, COVID-19'a karşı etkili olmasa da, sağlığını korumak için solunum yolu hastalıklarına karşı aşılama şiddetle tavsiye edilir. (7)

COVID-19 tedavisinde antibiyotikler etkili mi?

Hayır. Antibiyotikler virüslere karşı işe yaramaz, sadece bakteriyel enfeksiyonlar üzerinde etki gösterirler. COVID-19'a bir virüs neden olduğuna göre önlenmesi veya tedavisinde antibiyotik kullanılmamalıdır. Ancak, COVID-19 sebebiyle hastaneye kaldırıldıysanız, ilave enfeksiyon olasılığına karşı antibiyotik tedavisi alabilirsiniz. (7)

Artmış COVID-19 şiddeti riski nedeniyle ACEi veya ARB tedavileri kesilmelidir mi?

ACE inhibitörleri (ACEi) veya anjiyotensin reseptör blokörleri (ARB) ile tedavinin, bireyleri COVID-19 ile enfekte olmaları durumunda, hastaları olumsuz sonuçlara yatkın hale getirebileceği iddiasını destekleyen hiçbir kanıt yoktur. Çeşitli bilimsel ve meslek dernekleri, tıbbi ekipleri tarafından özellikle durdurulması tavsiye edilmedikçe, hastaların ACEi ve ARB ile tedaviye devam etmesi gerektiğini belirtmiştir. (8)

COVID-19 hastalarında ateş ve ağrıyı yönetmek için ibuprofen dahil nonsteroidal antiinflamatuvar ilaçlar kullanmak güvenli midir?

Şu anda steroidal olmayan anti-inflamatuvar ilaçların kullanımı (ibuprofen dahil) ve enfeksiyon riskinin ve hastalığın şiddetinin artması arasında doğrudan bir ilişki kurmak için kesin bir kanıt yoktur. (9)

Salbutamol ve diğer beta-agonist ilaçlar hafif vakalarda solunum sıkıntılarının hafifletilmesi veya azaltılmasında yardımcı olur mu?

Genellikle ateş, öksürük ve/veya dispne olmayan miyalji ile kendini belli eden hafif korona virüsü vakalarında evde tedavi yönetimi önemlidir. Hafif vakalarda genellikle solunum bozukluğu görülmediği için tedavi yönetimi büyük oranda semptom tedavisi üzerine yoğunlaşmaktadır. Solunum bozukluğu görülen vakalarda hastaneye kaldırılma ve ventilasyon yardımı gerekebilir.

İmmünglobülin üretiminin arttırılmasına yardımcı olacak bir tedavi var mı?

Kanıtlar koronavirüsten iyileşen hastaların kişiye uzun süreli bağışıklık sağlayan IgG antikorunu geliştirdiğini göstermektedir. Bu alanda yapılan yeni araştırmalar, iyileşen hastalardan alınan intravenöz immünglobülinler ile tedavinin yeni enfekte olan hastalarda bağışıklık yanıtını güçlendireceğini göstermektedir. İntravenöz immünglobülin ile antiviral ilaçların birlikte kullanıldığı bir tedavi, aşı gibi başka tedavi seçenekleri geliştirilene kadar uygulanabilir. Antikorların aynı şehir veya bölgede bulunan iyileşen bir hastadan alınması durumunda intravenöz immünglobülin tedavisinin en etkili seçenek olduğu düşünülmektedir. Bu tedavi düşünüldüğünde söz konusu yer kıstası akılda tutulmalıdır. Daha fazla bilgi için: www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/32218340

Antivirallerin kullanımına ilişkin devam eden klinik deneylerde veriler nasıl elde ediliyor?

COVID-19 tedavi seçenekleri ile ilgili devam eden 600'den fazla klinik deney mevcuttur. Bu deneylerden bazıları iyileşme süresi, öksürüğün gerileme süreci, oksijen tedavisi ihtiyacı, tedavinin ardından yoğun bakım birimine transfer gibi sonuçlardan yola çıkarak antiviral tedavinin etkililiğini mercek altına almaktadır. Çalışmalar, bu tedavilerin muhtemel yarar ve zararlarını görmeyi amaçlamaktadır.

COVID-19 kaynaklı ilaç noksanlığı hakkında kılavuz var mı?

Şu an için mevcut bir ilaç noksanlığı kılavuzu yoktur. Ancak, bu konuyu da kapsayan kaynakları Amerikan Sağlık Sistemi Eczacıları Birliği'nin sitesinden edinebilirsiniz: www.ashp.org/Drug-Shortages/Shortage-Resources.

COVID-19 kaynaklı ilaç etkileşimleri hakkında kılavuz var mı?

Liverpool Üniversitesi deneysel COVID-19 tedavileri ile muhtemel ilaç-ilaç etkileşimlerini tanımlayan bir belge yayımlamıştır.

Metmorfin COVID-19 yönetiminde kullanılabilir mi?

Bu alanda yapılan bir çalışmada (18), metmorfin ile COVID-19 için kullanılan iki ilaç, hidrosiklorokin ile klorokin arasında ölümcül bir etkileşim olasılığı rapor edilmiştir; bu ilaçların birlikte kullanımının, farelerde kardiyak arrest sonrası merkezi sinir sistemine zarar verdiği ve %30-40 civarında ölüm oranına sebep olduğu bildirilmiştir. Diğer yandan, bu toksisitenin insanlara da uyarlanabileceği ve COVID-19 tedavisinde bu ilaç-ilaç etkileşimi ihtimalinin mutlaka göz önünde bulundurulması gerekmektedir.

Hemşirelere COVID-19 bulaşmasının önüne geçebilmek için hastane ortamında hastalara ilaçların toplu olarak verilmesi veya doz aralıklarının genişletilmesi tavsiye edilebilir mi?

İlaçların dozaj frekansları endikasyona, ilacın uygulanma biçimine, böbrek veya karaciğer fonksiyonlarına ve diğer özel durumlara bağlı olabilir. Eğer hasta artık ihtiyaç duymadığı veya yarar görmediği bir ilaç alıyorsa, bu ilacın bırakılması her zaman düşünülmelidir. Eğer hasta aynı klinik yararı muhafaza ederek günde birkaç dozdan, günde bir ilaç dozuna geçebiliyorsa hemşirelerin enfekte hastalarla temasını en aza indirmek için bu seçenek göz önünde bulundurulmalıdır. Yine de ilaçların doz aralıklarının azaltmak veya ayarlamak üzerine genel bir tavsiye yoktur.

Antiretroviral tedavi gören hastalarda risk daha mı yüksek?

COVID-19'un HIV hastalarındaki riski hakkında sahip olunan bilgi şu an için sınırlıdır. Antiretroviral tedavi gören HIV hastaları daha fazla enfeksiyon riski altında değildir. HIV ile birlikte yaşayıp antiretroviral tedavi almayan hastalar daha fazla risk altında olabilir. Bağışıklık sistemi baskılanmış hastalar genel olarak daha fazla şiddetli enfeksiyon riski altındadır. HIV hastaları sosyal mesafe ve hijyen tavsiyelerine ek olarak, beslenmelerine dikkat ederek ve her zamanki HIV ilaçlarını almaya devam ederek kendilerini korumalıdır. Daha fazla bilgi için:

www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-covid-19-hiv-and-antiretrovirals
www.avert.org/coronavirus/covid19-HIV

MERS için onaylanan ilaçların klinik araştırmaları COVID-19'a uygulanabilir mi?

MERS ve COVID-19, korona virüsü türlerinden kaynaklanmaktadır ve hastalık belirtileri benzerdir. MERS tedavisi büyük oranda destekleyici bakımdır ve bu hastalığın tedavisi için onaylanmış herhangi bir ilaç yoktur. Geçmişteki MERS araştırmaları, COVID-19 tedavi seçenekleri düşünülürken iyi bir başlangıç noktası olabilir.

Multivitaminler ve bağışıklık sistemini güçlendiren ilaçlar insanların virüsten korunmasında yardımcı olur mu?

Bu yöntemlerin bağışıklık düzeyini çok fazla artırdığına dair bir veri mevcut değildir. Fizyolojimizin minerallere (çinko gibi) ve vitaminlere (A ve C vitaminleri gibi) ihtiyaç duyduğu doğru olsa da, bu desteklerin yüksek dozlarda alımı bağışıklık sistemini daha da güçlendirmemektedir. Bağışıklık sistemimiz de dâhil olmak üzere vücudumuzdaki her sistemin sağlıklı olması ve korunması için aşağıdaki sağlıklı yaşam stratejileri önemlidir:

- Sigara içmemek
- Bol sebze ve meyve tüketmek
- Düzenli egzersiz yapmak
- Sağlıklı beslenmek
- Alkol tüketiminden kaçınmak veya az miktarlarda tüketmek
- Yeteri kadar uyumak
- Düzenli el yıkamak ve yemekleri iyice pişirmek gibi enfeksiyonlardan korunma tedbirleri uygulamak
- Stresi en aza indirmeye çalışmak. (12)

C vitamini ve çinko COVID-19'ın önlenmesi için kullanılmalı mıdır?

COVID-19 bağlamında D vitamini dışındaki diğer vitaminler ve besin destekleri, iyi beslenemeyen veya gıda yetersizliği olanlar için tamamlayıcı rol oynayabilir. D vitamini takviyesi özellikle kış aylarında güneş ışığı alamadığımız için özellikle önemlidir. Çinko veya C vitamininin diğer solunum yolu rahatsızlıkları için yararlı olabileceğine dair birtakım kanıtlar olsa da, COVID-19 için bu kanıtlar son derece sınırlıdır.

Daha fazla bilgi için:

www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/2020/04/01/ask-the-expert-the-role-of-diet-and-nutritional-supplements-during-covid-19/

Semptomlar, tanı ve testler hakkında sorular

Hapşırma tipik bir semptom değilse neden sürekli hastalığın yayılması ile ilişkilendiriliyor?

Hem DSÖ hem de CDC'ye göre hapşırma korona virüsünün özgün bir belirtisi değildir; ancak, konjesyon ve burun akıntısı gibi diğer burun semptomlarına eşlik edebilir. Solunum damlacıklarını yayabileceği için hapşırma biçimine çok dikkat edilmelidir.

Neden virüs bulaşan bazı insanlar testlerde negatif sonuç veriyor?

Her test kiti aynı duyarlılığa sahip değildir ve test sonuçları hastalık süresi, viral yük ve tanı teknikleri gibi faktörlere bağlı olabilir. Mevcut tanı yöntemleri düşük duyarlılığa sahiptir, bu da hasta enfekte olmasına rağmen test sonucunun negatif çıkabilmesi (yanlış negatif) anlamına gelmektedir. Bütün tanı teknikleri polimeraz zincir reaksiyonu (PCR) veya ters transkriptaz-polimeraz zincir reaksiyonuna (RT-PCR) dayanmaktadır ve virüsün genomunun farklı bölgelerini hedef almaktadır, dolayısıyla her test aynı değildir.

Daha fazla bilgi için:

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/lab/resources/antibody-tests-guidelines.html
www.livescience.com/covid19-coronavirus-tests-false-negatives.html

Ateşim ve öksürüğüm var. Yeni korona virüsü kapmış olabilir miyim?

Onaylanmış bir COVID-19 vakası ile yakın temastaysanız bu olabilir, takip ve test yapılması gerekebilir. COVID-19 semptomları sadece bu hastalığa özgü değildir ve belirtileri mevsimsel grip veya diğer durumlara oldukça benzeyebilir. Bununla birlikte, semptomlardan herhangi birini yaşarsanız, evde kendinizi izole etmeniz ve ulusal sağlık yetkililerinizin talimatlarını izlemeniz önerilir. 65 yaşından büyükseniz veya kardiyovasküler hastalıklar, diyabet, kronik solunum yolu hastalıkları, kanser veya bağışıklık yanıtınızı tehlikeye atabilecek diğer durumlar (doğuştan veya edinilmiş) gibi başka rahatsızlıklarınız varsa, şiddetli durumların gelişme riski daha yüksek olabilir ve uygun tıbbi bakım almanız önerilir.

Birden şiddetli belirti göstermeye başlarsa ilk olarak ne yapılması gerekir?

Şiddetli belirtiler COVID-19 bağlamında şiddetli pnömoni, akut solunum sıkıntısı/yetersizliği ve hatta sepsis ve septik şok biçiminde kendini gösterebilir. DSÖ, bu senaryoların her biri için kılavuzlar geliştirmiştir ve hastanın ciddi semptomlar göstermesi durumunda bu kılavuzlardan yararlanılmalıdır. Kılavuzlara şu adresten ulaşabilirsiniz: www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/clinical-management-of-novel-cov.pdf.

Hastalar çoğunlukla tat ve koku kaybı yaşadıklarını ifade ediyorlar. Bunlar COVID-19 belirtisi mi?

Harvard Tıp Fakültesi'ne göre koku ve tat kaybı, COVID-19'un beyin fonksiyonları üzerindeki etkisinden kaynaklanan nörolojik belirtiler olabilir. Bu semptomlar en yaygın semptomlar olmasa da koronavirüs bulaşmış hastaların tanısında yardımcı olabilir. Daha fazla bilgi için: www.health.harvard.edu/diseases-and-conditions/covid-19-basics

Hastalık bulaşmış kişileri tespit etmede termal kameralar ne kadar etkilidir?

Termal kameralar korona virüsü bulaşmasının bir sonucu olarak, ateşi olan hastaları tespit etmede etkilidir. Ancak, virüs bulaşmış ama henüz ateşi olmayan hastaları tespit etmede etkili değildir; çünkü virüs bulaştıktan 2-10 gün sonra ateş kendini göstermektedir. (7) COVID-19 pandemisinde temassız ateş değerlendirmesinde için tıklayınız: <https://www.fda.gov/medical-devices/coronavirus-covid-19-and-medical-devices/non-contact-temperature-assessment-devices-during-covid-19-pandemic>

Kan gruplarının hastalığın bulaşmasında etkili olduğu doğru mu?

Her ne kadar bu alanda elde edilen bilgiler sınırlı olsa da, araştırmacıların gözlemlerine göre kan grubu A olan insanların korona virüsü bulaşma riski, diğerlerine göre ciddi oranda yüksektir. Aynı şekilde, kan grubu O olan insanlara korona virüsü bulaşma riski diğerlerine göre ciddi oranda düşüktür. Daha fazla bilgi için: www.medrxiv.org/content/10.1101/2020.03.11.20031096v2

Enfeksiyon önleme ve kontrolü hakkında sorular

Hastane eczanelerinde veya serbest eczanelerde uygulanabilecek en iyi COVID-19 önleme tedbiri nedir?

COVID-19'a karşı uygulanacak en etkili önleyici tedbirlerin başlıcaları: temizlik/dezenfeksiyon uygulama yöntemleri, el/yüz hijyeni, uygun kişisel korunma ekipmanı kullanımı ve sosyal mesafedir. ABD'de CDC sıklıkla temas edilen yüzeylerin uygun dezenfektan veya seyreltilmiş çamaşır suyu solüsyonları ile temizlenmesini önermektedir. DSÖ de ellerin sık sık su ve sabun ile yıkanmasını veya alkol bazlı dezenfektan ile temizlenmesini önermektedir. Bireyler öksürme ve hapsirme kurallarını gerektiği biçimde uygulamalı ve ele, buruna ve göze dokunmaktan kaçınmalıdır. Hastalık bulaşma riskleri daha yüksek olduğu için sağlık çalışanları eldiven, maske, gözlük, önlük ve yüz maskesi gibi kişisel korunma ekipmanlarını kullanmalıdırlar. Son olarak, hastalar ve eczane personeli dahil olmak üzere diğer insanlarla aralarında güvenli mesafeyi (1-2 metre) korumak, hastalığın bulaşması riskini azaltacaktır. Kendinizi iyi hissetmiyorsanız veya korona virüsü semptomları gösteriyorsanız evde kalın ve evinizde yaşayan diğer insanlarla mesafenizi koruyun.

Semptomların kaybolmasından sonra hastaların 14 gün daha hastalığı bulaştırabileceği düşünülüyorsa, bu süre zarfında karantinada olmaları gerekmez mi?

Semptomların kaybolmasında sonraki 14 günde de hastaların halen hastalığı bulaştırabileceği düşünülmektedir. Bu da hastanın diğer insanlarla yakın temas yoluyla veya öksürük ya da hapsirik ile solunum ifrazatı salgılama yoluyla hastalığı yayabileceği anlamına gelmektedir. Hastanın karantinada tutulması hastalığı bulaştırma riskini önemli ölçüde azaltacaktır. Buna alternatif olarak, enfekte insanların (onaylı) maske kullanmasının hastalığı bulaştırmalarını engelleyeceğine dair kanıtlar mevcuttur; iyileşmekte olan hastaların maske takarak günlük faaliyetlerine devam edebileceği ifade edilse de, diğer insanlarla arasında sosyal mesafe kurallarına uyması şiddetle tavsiye edilmektedir.

FFP2/N95 maskeleri çoklu kullanıma uygun mudur, yoksa kullanıldıktan sonra atılmalı mıdır?

ABD’de CDC ve Ulusal Mesleki Güvenlik ve Sağlık Enstitüsü, N95 özel solunum maskelerinin dekontaminasyonunu ve tekrar kullanımını resmi olarak tavsiye etmemektedir; ancak, kişisel korunma ekipmanı noksanlığı olan bazı durumlarda, yeniden kullanımları potansiyel yarar sağlayabilir. CDC ve Ulusal Mesleki Güvenlik ve Sağlık Enstitüsü, maskelerin dekontamine edilerek rotasyon halinde kullanımını önermektedir; korona virüsü, bir yüzeyde yalnızca 72 saat boyunca yaşayabilir, bu nedenle maske rotasyonu stratejisi, her bireyin belirli sayıda (en az beş) N95 maskesine sahip olmasını gerektirir. Kişi her gün kullandığı maskeleri sırayla kullanarak maskelerin birbirine temas etmediği temiz ve nefes alabilen bir kaptaki (yani kağıt torbada) en az 72 saat kurumasına izin verebilir. Yukarıdaki iki kurum, maske dekontaminasyonu için dört yöntemi değerlendirmiştir: Hidrojen peroksit buharı, 70 °C derecelik kuru ısı, ultraviyole ışık ve nemli ısı uygulamaları. Ancak, CDC dekontaminasyon için ısıtma yöntemlerini önermemektedir. (www.sages.org/n-95-re-use-instructions/). Ulusal Sağlık Enstitüsü’nün yürüttüğü araştırmaya göre, N95 maskeleri etkili bir şekilde dekontamine edilebilir ve fonksiyonel bütünlüğünü koruyabilir. Solunum cihazlarını temizlemek için incelenen dört yöntem: Hidrojen peroksit buharı, 70 °C derecelik kuru ısı, ultraviyole ışık ve sprey şeklinde %70’lik etanol püskürtme. Bu yöntemlerin tümü, tespit edilebilir canlı virüsleri etkili bir şekilde ortadan kaldırmaktadır. Bununla birlikte, etanol spreylemenin daha sonra maskenin bütünlüğünü tehlikeye attığı, UV ve ısı işlem görmüş solunum cihazlarının uyum ve sızdırmazlık sorunları olduğu belirlenmiştir; bu nedenle, bu üç yöntem tavsiye edilmemektedir. Dekontaminasyon için en etkili yöntem, işlevselliği korunurken solunum cihazını dekontamine ettiği gösterilen 10 dakikalık hidrojen peroksit uygulamasıdır. Ek olarak, bu şekilde kullanılan maskeler üç defaya kadar yeniden/tekrar kullanılabilir. Daha fazla bilgi için:

www.nih.gov/news-events/news-releases/nih-study-validates-decontamination-methods-re-use-n95-respirators

<https://www.unmc.edu/news.cfm?match=25283>

Kaynakların sınırlı olduğu bölgelerde faaliyet gösteren ve maskeye erişim sağlayamayan eczacılara hangi tavsiyelerde bulunabilirsiniz?

Eczane personelinin diğer kişilerle sık ve/veya yakın temasları nedeniyle orta düzeyde maruz kalma riski altında olduğu düşünülmektedir. Eczane personeli mümkün olduğunca maske, eldiven ve önlük gibi kişisel korunma ekipmanı kullanılmalıdır. Maskelere ve diğer kişisel korunma ekipmanlarına kısıtlı erişim olduğu durumda, daha yüksek risk altında olan sağlık mesleği mensuplarına ve hastalığın şiddetli seyri bakımından ilgili kişilere erişim açısından öncelik verilmelidir. Böyle bir durumda eczacılar veya diğer sağlık çalışanları olanakları varsa kendi maskelerini yapabilirler; ancak yapılan bu maskelerin ne kadar etkili olacağı konusunda yeterli düzeyde kanıt mevcut değildir. Bununla birlikte CDC, kamuya açık ortamlarda ev yapımı bir kumaş maske takılmasını önermektedir. Bir maske yaparken, maskenin etkinliğini belirleyen birkaç faktöre dikkat edilmelidir: Kullanılan kumaş/doku katmanlarının sayısı, kullanılan malzemenin nefes alabilirliği, su geçirmezlik/hidrofobik özellikler, maskenin şekli ve maskenin yüze oturması. Siperlik kullanmak ve hastalarla güvenli mesafeleri korunurken yakın temas süresini maksimum 10 dakikaya düşürmek de alınabilecek önlemlerdir. Ek olarak, maske takmanın bulaşıcı bir kişinin hastalığı yaymasını önleyebileceğini, ancak sağlıklı bir kişiyi solunum damlacıkları yoluyla hastalığa yakalamasını engelleyebileceğini hatırlamak önemlidir. Maske yapımı hakkında daha fazla bilgi için:

www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332293/WHO-2019-nCov-IPC_Masks-2020.4-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ticari olarak üretilen dezenfektanların bulunamaması durumunda insanlar kendi ürettikleri alkol bazlı dezenfektanları kullanmalı mıdır?

Kişisel korunma ekipmanının bulunmadığı durumlarda eczane personeli hastalarla doğrudan teması en aza indirecek diğer önlemleri de uygulamalıdır.

El hijyeni, virüsün yayılmasını önlemenin çok önemli bir bileşenidir. "Kendin yap" olarak isimlendirilen el dezenfektanları (belli bir kalitenin üzerindeki ürünler üretmek için özel eğitim almamış veya uygun özelliklere haiz olmayan kişiler tarafından hazırlanmış), doğrulanmış etkililiğe sahip olmadıkları için kullanılmamalıdır. Ayrıca, kullanılan hazırlama yöntemi, ürünün kontaminasyonuna neden olabilir ve insan cildinde kullanım için güvenli olmayabilir.

Belirli bölgelerdeki dezenfektan tedarikinin noksanlığı göz önüne alındığında DSÖ, alkol

bazlı el dezenfektanı yapmak isteyen kuruluşlar için alkol bazlı el dezenfektanı formülasyonlarının (www.who.int/gpsc/5may/Guide_to_Local_Production.pdf) nasıl hazırlanacağına dair öneriler yayınlamıştır. Genel olarak DSÖ, el dezenfektanı formülasyonlarının alkol içeriğinin %80 etanol veya %75 izopropil alkol içermesini önerir. Birçok yerde, eczanelerde de noksanlığı hafifletmek için el dezenfektanı üretilmektedir.

Hastalık bulaşmasını engellemek için eldiven kullanılması tavsiye edilmekte midir?

Halk düzenli olarak eldiven kullanmamalıdır. CDC iki durumda eldiven kullanılmasını önermektedir: Evinizi temizliyor ya da dezenfekte ediyorsanız ve şüpheli veya kesin bir COVID-19 hastasını tedavi eden bir sağlık çalışanıysanız. Bu durumların dışında aşağıdakiler de dahil olmak üzere çeşitli nedenlerle eldiven kullanımı tavsiye edilmez. COVID-19'un bulaşması büyük oranda solunum damlacıkları yoluyla gerçekleşir ve eldivenler buna karşı koruma sağlamaz. Ek olarak, eldivenler yanlış bir güvenlik duygusu sağlayabilir, çünkü insanlar eldivene güvenerek önce kontamine nesnelere, sonra eldivenlerle yüzlerine dokunabilir ve hastalığı kendilerine bulaştırabilirler.

Serbest eczane faaliyetleri ve acil durum planları hakkında sorular

Hastalara temas etmeyi gerektiren eczane hizmetlerine salgın süresince ara verilmeli mi?

Bütün eczane personeline pandemi sırasında kendilerini korumak için uygun önlemleri almaları ve sağlık otoritelerinin tavsiyelerine uymaları önerilmektedir. Kişisel korunma ekipmanı kullanımı (eldivenler, önlükler, maskeler, gözlükler, vb.), el ve yüz hijyeni ve hastalar, eczane gelenler ve diğer eczane çalışanları ile 1-2 metre mesafe bırakılması bu önlemlerden bazılarıdır. Mümkünse bu süre içinde gerekli olmayan hasta başı hizmetlerinin ertelenmesini önerin. Tansiyon ölçme gibi farmasötik bakım sunma kararı alınırken hizmetin risk ve yararlarını göz önünde bulundurulmalıdır. Örneğin, yaşlı bir hasta zona aşısı arıyor olabilir, bu hizmet hastaların halka açık bir ortamda diğer insanlarla yakın temasa geçmelerini gerektirmektedir; bağışıklık sistemlerini tehlikeye atmakta ve bu da korona virüsü bulaşma riskini artırmaktadır. Bir eczacının hastaya farmasötik bakım hizmeti sunmayı seçmesi durumunda, hastaya bir maske veya başka bir kişisel korunma ekipmanı sağlamayı da içeren ekstra önlemler alınmalıdır.

Serbest eczacılar N95/FFP2 maskeleri kullanmalı mı, yoksa cerrahi maskeler yeterli mi?

Sağlık çalışanları N95 ve FFP2 gibi maskelere genellikle toplum eczanesi ortamında değil, aerosol üretilen klinik ortamlarda ihtiyaç duymaktadır. Serbest eczane ortamında tavsiye edilen korunma biçimi diğer önleme ve kontrol önlemlerinin yanı sıra eldiven, önlük, maske, yüz kalkanı ve gözlük gibi kişisel korunma ekipmanlarıdır. N95 veya FFP2 kullanan herkes, etkinliği temin etmek için kullanımdan önce test ettirmelidir.

İzolasyon, temizlik ve ailenin korunması bağlamında eczacılar işten eve geldiklerinde ne yapabilirler?

Sağlık çalışanlarının evlerini COVID-19'dan korumak için birçok adım atabilir: Cep telefonunuzu, araba ve/veya ev anahtarlarınızı, araba kapınızı, bisiklet kollarını ve işten çıktığınızdan beri dokunduğunuz her şeyi dezenfekte etmek için dezenfektanların evin dışında bulundurulması pek çok kaynaktan tavsiye edilmektedir. İş elbisenizi tercihen işyerinizde bırakmanız (ayakkabı veya üniforma gibi) ve bu eşyaların düzenli ve yeterli bir şekilde yıkanması önerilir. Eğer bu mümkün değilse, eve girmeden önce iş kıyafetleri değiştirilmelidir. Sağlık çalışanları eczaneden döner dönmez duşa girmeli ve tüm vücutlarını yıkamalıdır. Kirlenen iş elbiseleri uygun olan en sıcak suda yıkanmalı ve tamamen kurutulmalıdır. Bu temizlik adımlarına ek olarak, ev halkı ile uygun mesafeyi korumaya devam etmeli ve diğer aile üyelerine virüs bulaştırma riskini azaltmak için kendinizi evdeki diğer bir odada ayrı tutmayı (izole etmeyi) düşünebilirsiniz.

Hava ve/veya yüzey temizliğinde ozon etkili mi?

Uluslararası Ozon Birliği'ne göre, ozon birçok virüsün inaktivasyonu için oldukça etkili olsa da, SARS-CoV-2 üzerinde özel olarak yapılmış herhangi bir araştırma veya test hakkında bilgi sahibi olmadıklarını bildirmişlerdir. Birlik, henüz bilimsel araştırmaların tamamlanmadığını ve bu nedenle de SARS-CoV-2'nin ozon inaktivasyonu ile ilgili kesin sonuçlara henüz varılmadığını duyurmuştur. (19)

Eczacıların halka sunabilecekleri psikolojik destekler nelerdir?

Korku, hastalık hakkında bilgi eksikliği ve kendini ve ailesini enfeksiyondan nasıl koruyacağı ile ilgili birçok sorunun yarattığı psikolojik sıkıntı bu dönemde görülebilir. Eczacılar ve eczane personeli insanları rahatlatarak ve bilgilendirerek psikolojik destek sağlayabilir. Ayrıca, en önde gelen sağlık hizmeti sunucularından biri olan eczacıların optimal davranışı modellemesi de önemlidir; böylece hastalar ve toplum, maskeleri nasıl düzgün bir şekilde takacaklarını, ellerini nasıl düzgün yıkayacaklarını, el dezenfektanlarını nasıl düzgün şekilde uygulayacaklarını ve nasıl diğer insanlarla aralarında sosyal mesafe bırakılacağını öğrenebilir. Belirsizliğin hüküm sürdüğü böyle bir zamanda kaliteli ve bilgili bir rol modelin etkisi küçümsenmemelidir.

Eczacılar sosyal medyada yayılan şehir efsaneleri ile nasıl mücadele edebilirler?

Sosyal medya ve internet COVID-19 ile ilgili abartılı veya yanlış haberlerin yayılmasını sağlayabilir. Bunlarla mücadele etmenin çeşitli yolları vardır: (1) Medyada kanıtlarla kendi sosyal medya kampanyanızı yürütün; (2) Bu FIP belgesi gibi önceden hazırlanmış dokümanları dağıtın/paylaşın; (3) Bunları yayan kaynak ile temasa geçin ve onlara virüsle ilgili doğru bilgileri verin. FIP, eczacıların kendilerini, meslektaşlarını ve toplumlarını doğru şekilde eğitmesini teşvik etmektedir.

Eczacıların pandemide yerine getirdikleri görev neden medyada kendine yer bulamıyor?

Eczacılar olarak, bu pandemi sırasında ve sonrasında sağlık hizmetlerindeki rolümüzün önemini anlıyoruz. Ancak, medyada yazan veya konuşan kişiler bizim rolümüz hakkında bilgi sahibi olmayabilir. Eczane personelinin yaptıklarının hakkını teslim etmeyi unutmak, medya çalışanlarının kasıtsız bir hatası olabilir. Eczacılar yaptıkları tanınmasa da COVID-19 tedavisine yardımcı olmada ve dünya çapındaki eczanelerde topluluklarımıza güven vermede hayati bir rol oynamaktadır. Mümkünse, bu pandemide eczacıların rolünü kabul etmeyen belirli kaynaklarla iletişime geçin ve eczacıların pandemiye karşı verilen mücadelede sağladıkları katkılar hakkında bilgiler ve örnekler verin.

Yanlış bilinenler

COVID-19 sadece yaşlıları veya önceden herhangi bir hastalığı olanları etkilemektedir

Her yaş grubundan insan SARS-CoV-2'den etkilenebilir ve COVID-19'a yakalanabilir. Bununla birlikte, yaşlılar ile astım, diyabet ve kalp hastalığı gibi kronik hastalığı olan insanlar, virüsten daha fazla etkilenmektedir. Dünya Sağlık Örgütü (2020), her yaş grubundan insana, kendilerini virüsten korumak için el hijyeni veya solunum yolları hijyeni gibi uygulamalarını önermektedir. (7)

Hastalık hakkında daha fazla bilgi sahibi olana kadar hastalıktan etkilenmiş bölgelerde yaşayan insanlarla yakın temasa girmekten kaçınılmalıdır

Son 14 günde doğrulanmış Covid-19 vakaları ile temasa girmiş herkesle, nereli olduğuna bakılmaksızın yakın temasa girmekten kaçınılmalıdır.

Bu virüs laboratuvarında üretilmiştir

Birçok ülkeden birçok bilim insanı hastalığın nedeni olan etkeni olan ağır akut solunum yolu yetersizliği sendromu korona virüsü 2'nin (SARS-CoV-2) genomunu inceledi ve hakkında makaleler yayımladılar; bunların büyük çoğunluğu, korona virüsünün ve yeni görülen birçok patojenin kaynağının vahşi yaşam olduğu sonucuna ulaştılar. Komplo teorileri korku, dedikodu ve önyargı yaratarak virüse karşı yürütülen küresel işbirliğini tehlikeye atmaktan başka hiçbir işe yaramamaktadır. (20)

Özellikle bu alanda yapılan genom çalışmaları Covid-19'a yol açan yeni korona virüsünün yarasalardan kaynaklandığını göstermektedir ve virüsün laboratuvarında üretildiğine dair hiçbir veri mevcut değildir. (21) (22) (23)

Sarımsak yemek COVID-19 bulaşma riskini azaltır

Sarımsak bünyesinde antimikrobiyal özellikler barındıran sağlıklı bir yiyecektir. Ancak, mevcut salgında sarımsağın COVID-19'a karşı koruma sağladığına dair bir veriye rastlanmamıştır. (7)

Barut dumanı COVID-19'dan korur mu?

İçinde tane barut bulunan kestane fişeginden çıkan duman ve gazı solumak, hem sağlığa zararlıdır hem de COVID-19'u yok etmez. (7)

Vücudunuzun her yerine alkol veya klor püskürtmek yeni korona virüsünü öldürebilir

Hayır. Vücudunuzun her yerine alkol veya klor püskürtmek halihazırda vücudunuza girmiş olan korona virüsünü öldürmez. Böyle maddeleri vücudunuza sürmek mukoza zarlarınıza (örn., göz, ağız) zarar verebilir. Alkol ve klor, yüzeylerin dezenfekte edilmesinde kullanılabilir, ancak bu maddeler belirli tavsiyeler ışığında kullanılmalıdır. (7)

Susam yağı uygulanması COVID-19'un vücuda girmesini engeller

Susam yağı SARS-CoV-2'yi ortadan kaldırmaz. SARS-CoV-2'yi çeşitli yüzeylerden ortadan kaldıracak dezenfektanlar mevcuttur. Çamaşır suyu/klor bazlı dezenfektanlar, eter çözeltileri, %75 etanol, parasetik asit ve kloroform bunlara örnek verilebilir. Ancak, virüs cildinize veya burnunuza bulaştıktan sonra bu dezenfektanlar çok etkili olamayacaktır. Aksine, bu kimyasal maddeleri cildinize veya burun civarına uygulamak tehlikeli olabilir. (7)

Anason tohumu çayı içmek COVID-19 bulaşmasını engelleyebilir

Anason tohumu ile yapılan çaylar, hidrasyon sağlar; ancak, anason tohumu dahil bitki çaylarının tüketilmesinin, COVID-19'a karşı koruma sağladığına dair veri yoktur. (7)

Kaynakça

1. Centers for Disease Control and Prevention. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) - Frequently Asked Questions and Answers. [Online].; 2020. Available from: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html>.
2. McIntosh K. UpToDate Coronavirus disease 2019 (COVID-19): Transmission. [Online].; 2020. Available from: <https://www.uptodate.com/contents/coronavirus-disease-2019-covid-19>.
3. McIntosh K. UpToDate. [Online].; 2020. Available from: https://www.uptodate.com/contents/coronavirus-disease-2019-covid-19?search=covid%2019&source=search_result&selectedTitle=1~18&usage_type=default&display_rank=1#H2133052422.
4. Academy of Breastfeeding Medicine. ABM Statement on Coronavirus 2019 (COVID-19). [Online].; 2020. Available from: <https://www.bfmed.org/abm-statement-coronavirus>.
5. World Health Organization. Coronavirus. [Online].; 2020 [cited 2020 July 11. Available from: [https://www.who.int/westernpacific/health-topics/coronavirus-\(cov\)](https://www.who.int/westernpacific/health-topics/coronavirus-(cov)).
6. Royal Pharmaceutical Society. Wuhan novel coronavirus - Five key facts for pharmacy teams. [Online].; 2020. Available from: <https://www.rpharms.com/resources/pharmacy-guides/wuhan-novel-coronavirus>.
7. World Health Organization. Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public: Myth busters. [Online].; 2020. Available from: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/myth-busters>.
8. British Cardiovascular Society and British Society for Heart Failure. Treatment of patients with ACEi or ARB in relation to COVID-19. [Online].; 2020. Available from: https://www.britishcardiosocietysociety.org/news/ACEi-or-ARB-and-COVID-19#.Xm_GR8MqGdQ.whatsapp.
9. European Medicines Agency. EMA gives advice on the use of non-steroidal antiinflammatories for COVID-19 (press release). [Online].: EMA; 2020. Available from: <https://www.ema.europa.eu/en/news/ema-gives-advice-use-non-steroidal-anti-inflammatory-covid-19>.
10. Xiaolu Tang CWXLYSXYXWYDHYZYZQJCL. On the origin and continuing evolution of SARS-CoV-2. National Science Review. 2020 March 3.
11. Technology.org. The Coronavirus has already Mutated into Two Different Types, Researchers Find. [Online].; 2020 [cited 2020 March 13. Available from: <https://www.technology.org/2020/03/09/the-coronavirus-has-already-mutated-into-two-different-types-researchers-find/>.
12. Harvard Medical School. How to boost your immune system. [Online].; 2014. Available from: <https://www.health.harvard.edu/staying-healthy/how-to-boost-your-immune-system>.
13. Centers for Disease Control and Prevention. Healthcare Professionals: Frequently Asked Questions and Answers. [Online].; 2020. Available from: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/faq.html>.
14. Lipsitch M. Center for Communicable Disease Dynamics. [Online].; 2020. Available from: <https://ccdd.hsph.harvard.edu/will-covid-19-go-away-on-its-own-in-warmer-weather/>.
15. World Health Organization. Advice on the use of masks in the community, during home care and in health care settings in the context of the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak. [Online].; 2020. Available from: [https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-the-community-during-home-care-and-in-health-care-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-\(2019-ncov\)-outbreak](https://www.who.int/publications-detail/advice-on-the-use-of-masks-the-community-during-home-care-and-in-health-care-settings-in-the-context-of-the-novel-coronavirus-(2019-ncov)-outbreak).
16. World Health Organization. Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public. [Online].; 2020. Available from: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>.
17. Centers for Disease Control and Prevention. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) - Frequently Asked Questions. [Online].; 2020 [cited 2020 July 11. Available from: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html#Pets-and-Animals>.
18. Rajeshkumar N. Fatal toxicity of chloroquine or hydroxychloroquine with metformin in mice. bioRxiv. 2020 April.
19. International Ozone Association. Statement on COVID-19. [Online].; 2020. Available from: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/01919512.2020.1747271>.
20. Charles Calisher DCRRCBPCDCDea. Statement in support of the scientists, public health professionals, and medical professionals of China combatting COVID-19. The Lancet. 2020 February 19; 395(10226): p. PE42-E43.
21. Gregory J. The coronavirus 'infodemic' is real. We rated the websites responsible for it. Stat News. 2020 February 28.
22. Begley S. DNA sleuths read the coronavirus genome, tracing its origins and looking for dangerous mutations. Stat News. 2020 January 24.
23. Shan-Lu Liu LJSSRW&LS. No credible evidence supporting claims of the laboratory engineering of SARS-CoV-2. Emerging Microbes & Infections. 2020; 9(1): p. 505-507.
24. World Health Organization. Guide to Local Production: WHO-recommended Handrub Formulations. [Online].; 2010. Available from:

https://www.who.int/gpsc/5may/Guide_to_Local_Production.pdf.

25. Chinese Pharmaceutical Association. Coronavirus SARS-CoV-2 Infection: Expert Consensus on Guidance and Prevention Strategies for Hospital Pharmacists and the Pharmacy Workforce (2nd Edition). Beijing;; 2020.
26. Neeltje van Doremalen DHMMGHAGBNWATJLHNJTSIGJOLSEdW. Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1. New England Journal of Medicine. 2020 March 17.

Geçerlilik

Bu belge, 5 Şubat 2020 tarihine kadar toplanan kanıtlar temel alınarak hazırlanmıştır. Son olarak 14 Temmuz 2020 tarihinde virüs ve hastalık terminolojisine göre ve daha önce de 26 Mart 2020'de elde edilen yeni verilere göre güncellenmiştir.

Sorumluluk

Bu belge Dünya Sağlık Örgütü, ABD ve Avrupa Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri gibi saygın bilimsel kuruluşlardan elde edilen mevcut veri ve tavsiyeler ışığında hazırlanmıştır. COVID-19 hakkında sahip olunan veriler hızla değişmektedir ve buna bağlı olarak bu tavsiyeler de değişebilir. Her ne kadar FIP bu kılavuzları güncel tutmak için var gücüyle çalışsa da en güncel gelişmeler ve bilgiler için bu kuruluşların internet sitesini ziyaret etmenizi tavsiye ediyoruz.

Teşekkürler

FIP, bu belgeyi hazırlayan aşağıdaki isimlere teşekkürlerini sunar:

Jaime Acosta-Gómez, Marwan Akel, Lina Bader, **Jane Dawson**, Ally Dering-Anderson, Catherine Duggan, **Julien Fonsart**, Ryan Forrey, Victoria Garcia Cardenas, Sylvain Grenier, Kim Gromek, Matthew Hung, Zuzana Kusynová, Ulf Janzon, Christopher John, Trevor Jones, **Scarlett Pong**, Jasminka N Sarunac, **Eduardo Savio**, **Lars-Åke Söderlund**, **Gonçalo Sousa Pinto**, Petra Straight, **Jacqueline Surugue**, Eeva Teräsalmi, Nilhan Uzman, Lin-Nam Wang, **Rongsheng Zhao**.

Uluslararası Eczacılık Federasyonu (FIP)

Andries Bickerweg 5

2517 JP Lahey

Hollanda

Tel.: +31-70-3021970

Faks: +31-70-3021999

Email: fip@fip.org

www.fip.org/coronavirus

14 Temmuz 2020 tarihinde güncellenmiştir