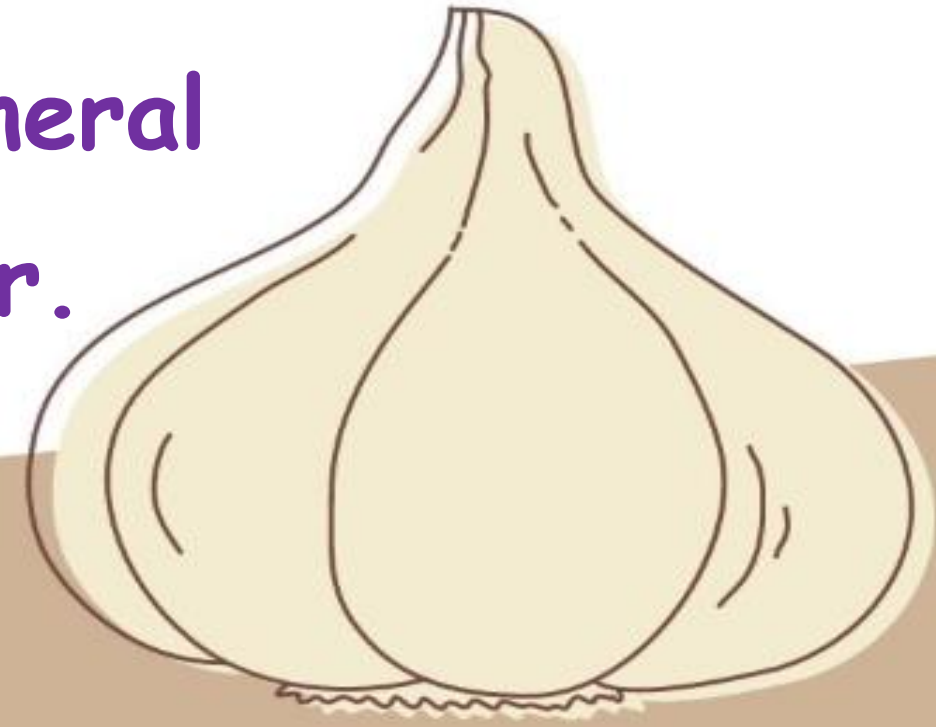




YANLIŞ BİLİNEN GERÇEKLER

Sarımsak, acı biber, vitamin ve mineral takviyeleri COVID-19'u önler veya iyileştirir.



Sarımsak yemek COVID-19'u engellemez veya iyileştirmez



D

Bağışıklık sistemi için kritik öneme sahip olsalar da Vitamin ve mineral takviyeleri COVID-19'u engellemez veya iyileştirmez.

C

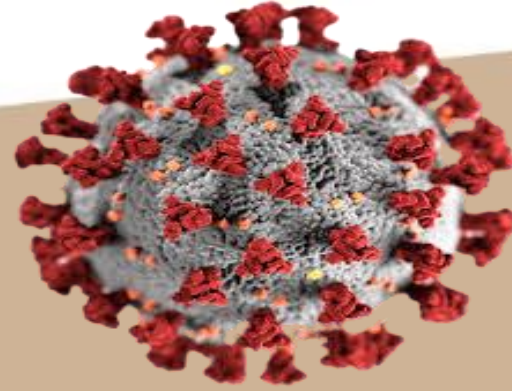
Acı biber, COVID-19'u önleyemez veya iyileştirmez





YANLIŞ BİLİNEN GERÇEKLER

Antibiyotikler COVID-19'u tedavi eder



COVID-19'a BAKTERİLER DEĞİL, bir VIRÜS neden olur

Antibiyotikler virüslere değil, yalnızca bakterilere karşı etkili olduğu için covid-19'u önlemez veya tedavi etmez.



HENÜZ COVID-19'U ÖNLEMENK VEYA İYİLEŞTİRMEK İÇİN LİSANSLI BİR İLAÇ BULUNMAMAKTADIR.



Hidroksiklorokin veya başka herhangi bir ilacın COVID-19'u iyileştirebileceğine veya önleyebileceğine dair kanıt yoktur. Hidroksiklorokinin yanlış kullanımı ciddi yan etkilere hatta ölüme yol açabilir.

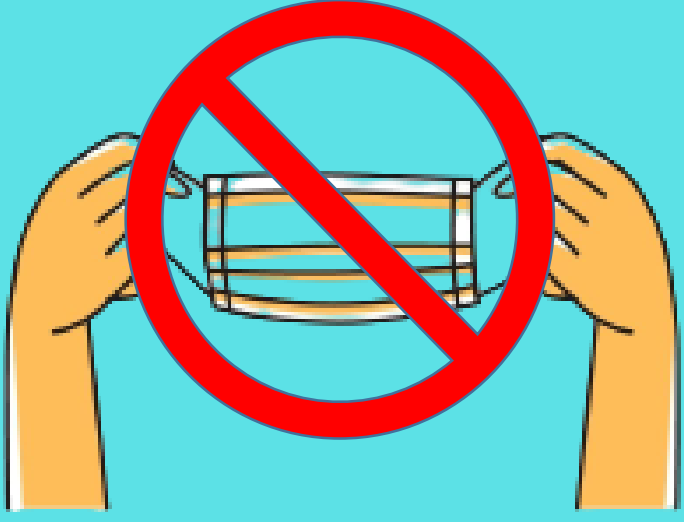
COVID-19 ile hastalanan bireylerde, bazen bakteriyel enfeksiyon gelişebilir. Bu durumda **ANTİBİYOTİKLER BİR DOKTOR TARAFINDAN ÖNERİLEBİLDİĞİ DURUMDA KULLANILABİLİR.**





YANLIŞ BİLİNEN GERÇEKLER

MASKE LERİN UZUN SÜRE
KULLANILMASI KARBONDİOKSİT
ZEHİRLENMESİNE VEYA
OKSİJEN EKSİKLİĞİNE NEDEN
OLUR



UYGUN ŞEKİLDE KULLANILDIĞINDA
MASKE KULLANIMININ HİÇBİR
ZARARI YOKTUR.

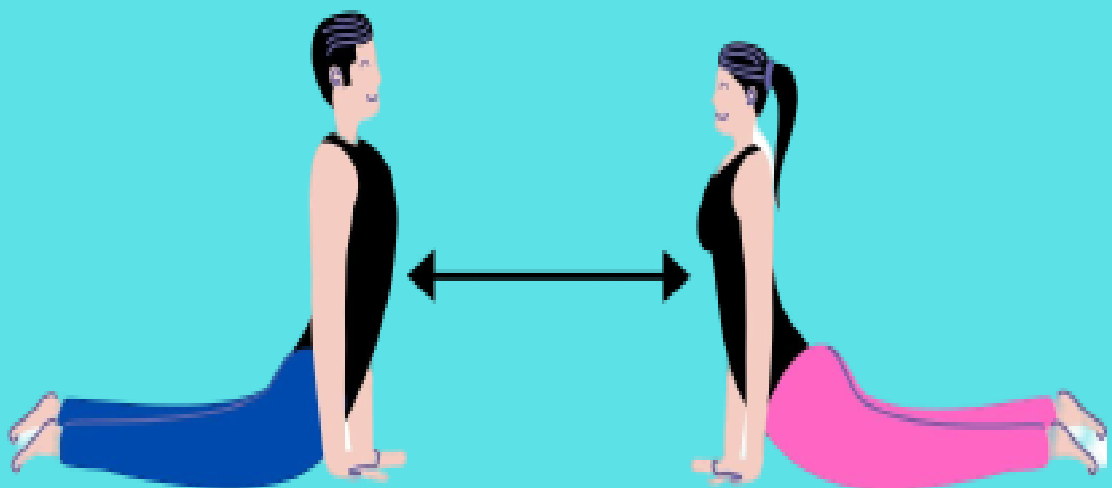
• Egzersiz yaparken maske takmayın.

• Ter, maskenin daha çabuk ıslanmasına neden olur, nefes almayı zorlaştırır ve mikroorganizmaların üremesi için uygun bir ortam oluşturur.

• Egzersiz sırasında alınacak önlem sosyal mesafeyi korumak, mümkünse açık havada bulunmaktır.



- Maskenizin yüzünüze tam oturduğundan emin olun
- Maskenizin sıklığını nefes almanıza izin verecek düzeyde ayarlayın
- Tek kullanımlık bir maskeyi tekrarlı kullanmayın ve nemlenince değiştirin



UNUTMAYIN!

Alkol içmek sizi COVID-19'a karşı **KORUMAZ**.



Kendinizi güneşe maruz bırakmak veya 25 ° C'nin üzerindeki sıcaklıklar sizi COVID-19'dan **KORUMAZ**.



Covid-19 sinekler yoluyla **BULAŞMAZ**

COVID-19 her yaşta insana bulaşabilir ve ciddi hastalık tablosuna yol açabilir.



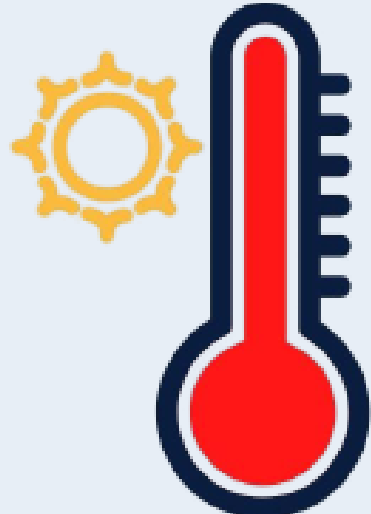
Çamaşır suyu ve dezenfektan sadece yüzeyleri dezenfekte etmek için dikkatli kullanılmalıdır



Çamaşır suyu içmek veya çamaşır suyu ile vücudu temizlemek COVID-19'u **ÖNLEMEZ** veya iyileştirmez ve son derece tehlikeli olabilir



Termal tarayıcılar Covid-19'u değil, ateşi olan kişileri tespit etmede etkilidir.





UNUTMAYIN!

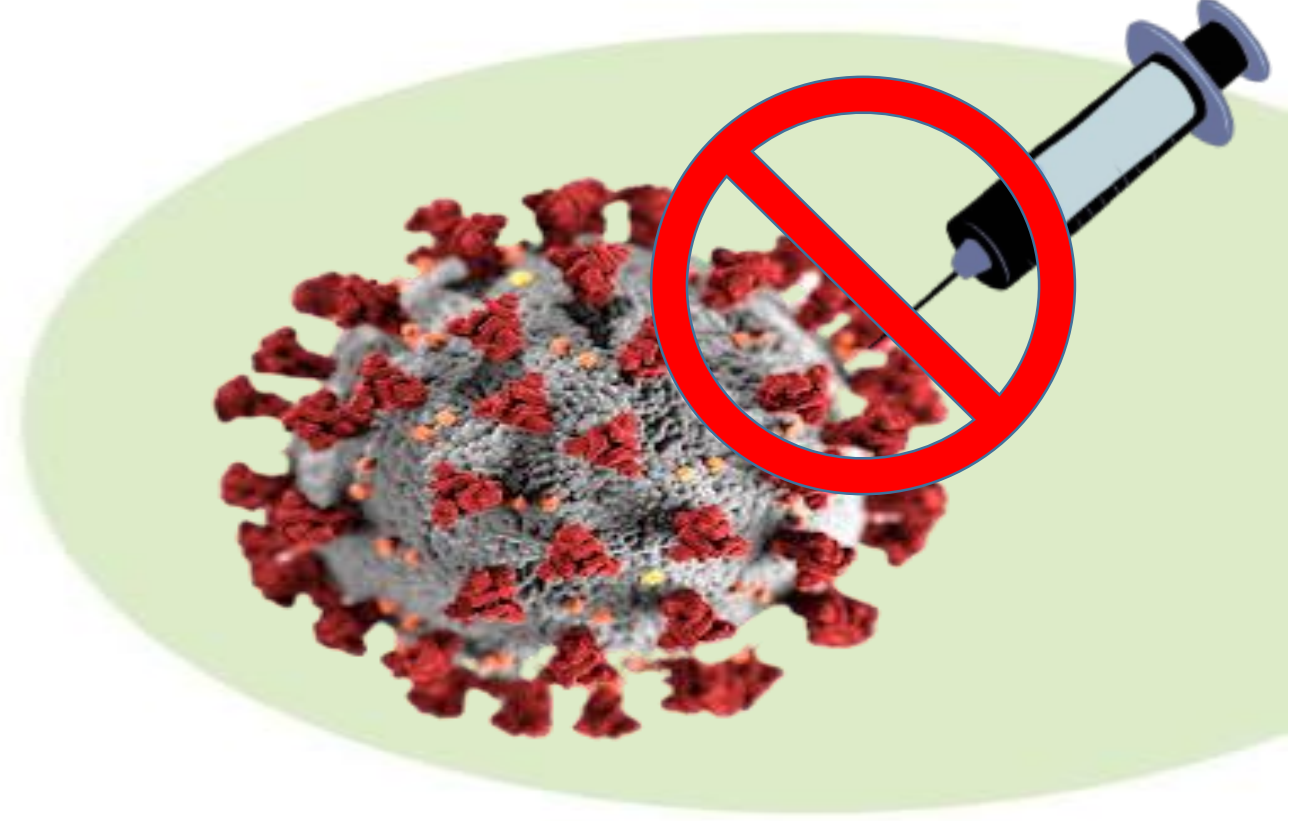


Grip veya Zatürre aşıları sizi COVID-19 virüsüne karşı **KORUMAZ**.



ANCAK;

Kendinizi, ailenizi ve toplumunuzu gripten korumak için GRİP AŞISI YAPTIRMAK BU YIL HER ZAMANKİNDEN DAHA ÖNEMLİDİR



Bu aşular COVID-19'a karşı etkili olmasa da, sağlığınıza korumak ve sağlık sistemlerimiz üzerindeki yükü azaltmak için solunum yolu hastalıklarına karşı aşı yaptırmanız önemlidir.

