

# KIZAMIK BİLGİLENDİRME BROŞÜRÜ

## Kızamık Nedir?

Kızamık, dünya genelinde yaygın ve son derece bulaşıcı bir virüs hastalığıdır ve ciddi bir sağlık sorunudur. Özellikle küçük çocuklar ve yetişkinler için hastalık seyri sıklıkla ciddi sonuçlar doğurabilir. Bu hastalık, vücudun bağışıklık sistemi üzerinde aylar hatta yıllar boyunca süren zayıflamalara neden olabilir, bundan dolayı daha önce zararsız olan enfeksiyonlar bile ciddi bir şekilde seyredebilir. Bu nedenle, Avusturya'da tüm yaş grupları için ücretsiz sunulan Kombine Aşı, iki doz sonrasında kızamık, kabakulak ve kızamıkçık enfeksiyonlarına karşı güvenilir bir koruma sağlar ve hastalığın diğer kişilere bulaşmasını engeller.

## Belirtileri Nelerdir?

Enfeksiyondan yaklaşık 7 ila 14 gün sonra ateş, burun akıntısı, öksürük ve göz iltihabı gibi grip benzeri belirtiler görülür. Yaklaşık olarak 4 gün sonra başın üstünden başlayarak tüm vücuda yayılan bir döküntü meydana gelir. Komplikasyonlar arasında orta kulak iltihabı, bronşit, zatürre veya beyin iltihabı bulunabilir. Son derece nadir durumlarda, yıllar sonra beyin iltihabının bir türü olan subakut sklerozan panensefalit (SSPE) gelişebilir, bu hastalık her zaman ölümcül bir seyir gösterir.

## Nasıl Bulaşır?

Kızamık, insanlar arasında damlacık yoluyla bulaşır. Hasta kişiler, konuşurken, öksürürken ve hapşırırken virüsleri yayabilirler. Bağışıklık koruması yetersiz olan temaslı kişiler için bulaşma riski %90'ın üzerindedir. Bulaşma, daha önce enfekte bir kişinin bulunduğu bir odada bulunulduğunda bile gerçekleşebilir. Hasta bir kişinin vücut sıvıları, yüzeyler üzerinde 2 saat boyunca enfeksiyöz kalabilir.

## Aşı olun!

Sadece koruyucu aşı, hastalığın gelişmesini ve diğer insanlara bulaşmasını etkili bir şekilde engelleyebilir. Kızamık aşısı, kızamık, kabakulak ve kızamıkçığa karşı Kombinasyon Aşı (ücretsiz aşı programı kapsamında) olarak bulunmaktadır. Önerilen, tamamlanmış 9. yaş ayından itibaren 2 aşıdır. Eksik aşılar her yaşta en kısa sürede tamamlanabilir ve tamamlanmalıdır. Hamileyseniz veya bağışıklık sistemi zayıflamışsa kızamık, kabakulak ve kızamıkçığa karşı aşı olamayabilirsiniz. Aşı, aile hekimlerinden ve Viyana Şehir Sağlık Hizmetleri İmmünizasyon Merkezi olan "Town Town"da yapılabilir. Kayıt için <https://impfservice.wien/> veya 1450 Sağlık Hattı üzerinden başvurabilirsiniz.

Kızamık hakkında hala sorularınız mı var? Viyana Belediyesi'nin 1450 numaralı sağlık hattına her gün 0-24 saatleri arasında ulaşabilirsiniz.

# İzolasyon Sırasında Alınması Gereken Davranış Önlemleri

## Siz veya bakımını üstlendiğiniz bir kişi kızamığa sahipse:

- Kızamığa sahip olan kişiler, döküntü ortaya çıkmadan **yaklaşık 4 gün önce** ve döküntü ortaya çıktıktan **sonraki 4 gün** boyunca bulaşıcıdır!
- Bu süre zarfında, yeterli bağışıklığı olmayan diğer kişiler kolayca enfekte olabilirler. Bu nedenle, mümkünse kendi odanızda olmak dahil, diğer ev arkadaşlarınızdan uzak durmalısınız. Bu süre zarfında evinizi terk etmemeli, diğer insanlarla temas kurmamalı ve ziyaretçi kabul etmemelisiniz.
- Evden veya konaklama yerinden sadece mutlaka gereken tıbbi hizmetler için çıkın ve bu sırada kesinlikle bir FFP2 maskesi takın. Önceden telefonla randevu almalısınız ve kızamık hastalığı nedeniyle izole olduğunuzu belirtmelisiniz. Hastanede, doktor muayenesinde veya hasta taşımasında diğer kişileri korumak için önlemler alınması gerektiğini unutmayın.

## Siz veya bakımını üstlendiğiniz kişi kızamık temasına sahipse:

- Kızamık çok **bulaşıcıdır**. Bu nedenle, kızamığa karşı yeterli bağışıklığı olmayan ve kızamık temasına karşı koruyucu önlemler almadan bir kişiye yakın duran herkes potansiyel temas kişisi olarak kabul edilir. İlk kızamık belirtileri temas sonrası 7. günden itibaren başlayabilir, en geç 21 gün içinde ortaya çıkabilir.
- Temas kişileri, kızamığa karşı **yeterli korumaları** olup olmadığını sağlık otoritelerine belgelemelidir. Bu, **iki doz kızamık aşısı** geçirdiklerini aşı kartı ile veya kızamık **antikorlarını belirlemek için yapılan bir kan testi** ile yapılabilir.
- Bu belgelere **sahip olmayan temas kişileri**, Avusturya Salgın Kanunu'na göre kızamık teması sonrası 18 ila 21 gün boyunca **izole** edilirler. Bu süre zarfında evlerini terk etmemeli, diğer insanlarla temas kurmamalı ve ziyaretçi kabul etmemeliler.
- Doktora gitmeniz gerekiyorsa, önceden telefonla randevu almalı ve kızamık teması nedeniyle izole olduğunuzu belirtmelisiniz. Acil tıbbi bakım gerekiyorsa 1450 numarasını arayarak ve izolasyon durumunu bildirerek ulaşabilirsiniz. Ayrıca, kızamık belirtileri taşıyorsanız, Sağlık Departmanı ([Gesundheitsamt](#)) ile iletişime geçmelisiniz.
- Bağışıklık kazanmadıysanız, Sağlık Departmanınızla iletişime geçerek nerede ve nasıl aşı olabileceğinizi görüşün. Kızamık temasından sonraki ilk 72 saat içinde aşı yapılması, hastalığın önlenmesine yardımcı olabilir. 9 aydan küçük çocuklar için bir çocuk hekiminden tavsiye alın. Hamileyseniz, doktorunuzla iletişime geçin.
- Bağışıklık durumunuz belirsizse, Sağlık Departmanınızla bağışıklık durumunuzu nasıl kontrol ettirebileceğinizi görüşün.

## Belirsiz bir bağışıklık durumunu kızamığa karşı kan testi ile belirlemek gerekiyorsa:

- Kan testi yapılacak laboratuvarı önceden telefonla bilgilendirmelisiniz. Böylece laboratuvar, enfekte olmuşsanız, koruyucu önlemler alabilir.
- Kan testi yapılıncakken kızamık hastalığını işaret eden belirtiler taşımanız gerekmektedir ve **evinizin dışında her zaman bir FFP2 maskesi takmalısınız**.

Kızamık hakkında hala sorularınız mı var? Viyana Belediyesi'nin 1450 numaralı sağlık hattına her gün 0-24 saatleri arasında ulaşabilirsiniz.