

Morgen:

▷ Yoga



▷ Hecke schneiden

▷ Friseur

▷ Auffrischungsimpfung!

Yarın: Yoga, Çalılıarı kes, Kuaför, Tamamlayıcı aşı

TABİİ Kİ

**... AŞILARIMI
YENİLETECEĞİM**

Korona hatırlatma aşısı hakkında bilgiler

Yaz dalgası kendini gösterdi: Korona hala var.

Sonbahar ve kış aylarında enfeksiyon sayısında önemli bir artış bekleniyor. Bundan dolayı, bağışıklık sistemini şimdiden hazırlamak ve böylece kendinizi ve başkalarını korumak daha da önemli hale getirmektedir.

Sonbahar ve kış boyunca birlikte iyi korundunuz mu? Tabii ki!

Koronaya karşı en etkili korunma yolu aşılardır. Vücudun virüse karşı özel olarak yönlendirilmiş bir bağışıklık savunması oluşturmasını sağlar. Ancak bağışıklık sisteminin hafızası bir süre sonra kaybolur ve koruma tekrar azalır.

Ama iyi haber şu ki: Booster aşıları olarak da adlandırılan hatırlatma aşıları, bağışıklık korumasını yeniden oluşturmanın kolay ve etkili bir yoludur.

Tekrarlanması gereken aşılar, her yıl sonbaharda yapılması gereken grip aşısı gibi diğer aşılardan birçok kişinin aşına olduğu aşılardır.



"Geçtiğimiz iki yılda, pandemi sürecinde toplum olarak birbirimize kenetlenmemizin ne kadar önemli olduğunu anladık. Hepimiz sorumlu bir şekilde hareket etmeliyiz.

Bu nedenle size sesleniyorum: Sonbahar ve kış aylarında Korona'ya karşı kendimizi iyi korumamızı sağlamak için birlikte çalışalım."

Klaus Holetschek MdL
Bavyera Eyaleti Sağlık ve Bakım Bakanı



Mevcut düzenlemelere göre, bir kişi iki aşı olmuşsa veya bir aşı ve bir enfeksiyonu kanıtlayabiliyorsa tam aşıli olarak kabul edilir. 1 Ekim 2022'den itibaren, bir kişi en az üç ay arayla ek bir aşı yaptırmışsa veya en az 28 gün önce bir enfeksiyon geçirdiğini PCR testi ile kanıtlayabiliyorsa tam aşıli olarak kabul edilecektir.

Sizin korumanız – Toplum için bir kazanç

Maksimum Korona aşısı koruması ile, bir enfeksiyon durumunda ağır bir seyir karşı en iyi şekilde korunursunuz. Aşılama, sosyal olarak da önemli bir rol oynamaktadır. Çünkü daha az enfeksiyon ve daha az şiddetli seyir olursa, sağlık sisteminin aşırı yüklenmesini önleyebiliriz.

Hatırlatma aşısı için iyi argümanlar



Bağışıklık sisteminin güçlendirilmesi



Risk altındaki kişilerin korunması



Uzun vadeli sonuçlara karşı koruma



Sağlık sistemi üzerindeki yükün hafifletilmesi



İyi korunuyor muyum?

A:

Temel bağışıklığınız var ve henüz koronavirüs ile enfekte olmadınız mı?

B:

Temel bağışıklığınız var ve henüz koronavirüs ile enfekte oldunuz mu?

Yaş	1. Hatırlatma aşısı (üçüncü aşısı)	2. Hatırlatma aşısı (dördüncü aşısı)
Çocuklar 5 - 11 önceden hastalığı olanlar	İkinci aşılamadan 6 ay sonra	Tıbbi konsültasyondan sonra. STIKO, 18.08.2022 tarihinden itibaren aşağıdaki kişi grupları için 2. bir hatırlatma aşısı önermektedir: - 60 yaş ve üzeri kişiler - Şiddetli seyir riskini artıran altta yatan bir hastalığı olan 5 yaş ve üzeri kişiler (örn. diyabet, bağışıklık yetmezliği) - Bakım tesislerinde yaşayanlar - Tıbbi tesislerde ve bakım tesislerinde çalışan personel
Gençler 12 – 17	İkinci aşılamadan 6 ay sonra	
18 yaş üzeri herkes	İkinci aşılamadan 6 ay sonra	
13. haftasında ve üzeri olan hamileler	İkinci aşılamadan 6 ay sonra	
Bağışıklık yetmezliği olan kişiler (5 yaşından itibaren)	Son aşılamadan 3 ay sonra	

Daha önce bir veya daha fazla enfeksiyon geçirmiş kişiler de aşılanmalıdır.

Daha sonra kaç aşı olmanız gerektiği, enfeksiyon ile aşılamadan (veya başka enfeksiyonlar) arasındaki zaman aralığına bağlıdır.

Kural olarak, **6 ay** sonra başka bir hatırlatma aşısına ihtiyacınız olacaktır. Lütfen bunu doktorunuzla veya aşı merkeziyle görüşün.

Bu grafik, 18.08.2022 tarihi itibarıyla STIKO'nun güncel tavsiyelerine karşılık gelmektedir.

Sonbaharda temel bağışıklama ve aşılamadan önerileri ile ilgili değişiklikler olabilir.

Güncel bilgileri STIKO'nun sayfalarında bulunabilir.



Hatırlatma aşısına rağmen hala önemlidir: AHA+L kuralları

Aşılama en iyi korumayı sağlasa bile, Korona pandemisini kontrol altına almaya yönelik diğer önlemler önemini korumaktadır. Ve özellikle de soğuk mevsimlerde!



Mesafenizi koruyun

Diğer insanlarla aranızda 1,5 metre mesafe bırakın.



Hijyen

Kolunuzun kıvrımına öksürün ve hapşırın ve ellerinizi en az 30 saniye boyunca yıkayın.



Maske ile günlük yaşam

Etrafta çok sayıda insan varken ağız-burun koruması kullanın.



Havalandırın

Hava soğuk olsa bile düzenli olarak havalandırın.

Aşılama hakkında daha fazla bilgi

Bölgenizdeki korona aşılama ve aşılama teklifleri hakkında ayrıntılı bilgi için lütfen www.stmgp.bayern.de/coronavirus/impfenweb sitemizi ziyaret edin.

Sorularınız için Eyalet Sağlık ve Gıda Güvenliği Dairesi'nin **09131/6808-5101** numaralı telefonuna şahsen başvurabilirsiniz.



Bavyera Eyaleti Sağlık ve Bakım Bakanlığı
(StMGP)



Federal Sağlık Bakanlığı
(BMG)



Robert Koch Enstitüsü
(RKI)



Daimi Aşılama Komisyonu
(STIKO)

Kampanya hakkında daha fazla bilgi

 #NaSicher
na-sicher.bayern

Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege

