**TAKIM ELEMANLARININ BİLGİLENDİRİLMESİ,**

**FARKINDALIĞIN ARTTIRILMASI VE KORUNMA TAVSİYELERİ**

1. Tüm takım elemanlarının spora dönmeden önce PCR testleri tamamlanmalıdır. Test sonuçları, 7 günden eski olmamalıdır.
2. Kulüp, mesaj, e-posta, online takım toplantısı yöntemleri ile herkesin bilgi sahibi olduğundan emin olmalıdır.

✓ COVID-19 nedir? Belirtileri, süreç, tedavisi

✓ Bulaş riski

✓Korunma yolları vb. hakkında en güncel bilgiler paylaşılmalıdır. Güncel bilgilerin takibi için ilgili federasyonların bilgilendirmelerini ve istenen düzenlemeleri takip etme önemlidir. Sağlık Bakanlığı COVID-19 bilgilendirmelerinin takibi, yetkili otoritelerin ve Dünya Sağlık Örgütü’nün ilgili web sayfalarının takibi düzenli yapılmalıdır.

1. Sporcuların ve teknik ekibin toplu taşıma kullanımı azaltılmaya çalışılmalı, sosyal mesafe konusunda hassas olmaları sağlanmalıdır.
2. Sporculara, teknik ekibe ve yardımcı personele kişisel enfeksiyon kontrolü konusunda eğitim verilmelidir.
3. Aşağıdaki maddelerin herhangi birisine sahip olan birey evde kalmalı, 112 ile irtibata geçmeli ve hastaneye başvurmalıdır:
4. COVID-19 ile uyumlu semptomlardan herhangi biri (ateş, öksürük, nefes darlığı, tat ve koku alma bozukluğu, kas/eklem ağrısı, ishal) + son 14 gün içinde COVID-19 pozitif tanısı konan kişi ile yakın temasta bulunmak.
5. COVID-19 ile uyumlu semptomlardan herhangi biri (ateş, öksürük, nefes darlığı, tat ve koku alma bozukluğu, kas/eklem ağrısı, ishal) + son 14 gün içerisinde hastalık açısından yüksek riskli bölgede bulunmak.
6. Ateş + öksürük veya nefes darlığı + ciddi genel durum bozukluluğu,
7. COVID-19 ile uyumlu semptomlardan en az ikisinin bir arada olması (ateş, öksürük, nefes darlığı, tat ve koku alma bozukluğu, kas/eklem ağrısı, ishal) ve bu durumun başka bir neden/hastalık ile açıklanamaması
8. Kas veya eklem ağrısına sebep olabilecek egzersiz yapılmamış olmasına rağmen kişinin yaygın vücut ağrısı hissetmesi durumudur.
9. Yakın temas: 1.5 metreden yakın, 15 dakikadan uzun süre kişisel koruyucu ekipman kullanmaksızın aynı ortamda bulunmak.
10. Aşağıdaki maddelerin herhangi birisine sahip olan birey evde kalmalı, 112 ile irtibata geçmeli ve hastaneye başvurmalıdır:
11. Kutlama ve destek amacıyla yapılan temaslı hareketlerden (ekip halinde sarılma, el sıkışma vb) kaçınılmalıdır.
12. El yıkama ile ilgili eğitim verilmeli, el yıkama ve spor salonunda bulunan el dezenfektanları kullanılmalıdır.
13. Öksürürken ya da hapşırırken ağız, dirsek içi kullanılarak kapatılmalıdır.
14. Teknik ekip ve sporcular maske kullanımına özen göstermeli, antrenman salonuna kadar maske ile gelinmeli, çıkışta tekrar maske takılmalıdır.

**PCR TESTİ/ POZİTİF TEST DURUMU VE SPORA GERİ DÖNÜŞ**

1.Tüm teknik ekip, sporcular ve yardımcı personelin PCR testleri takım antrenmanlarına başlamadan önce tamamlanmalı ve sonuçları alınmalıdır. Mümkünse bağışıklık değerlendirilmelidir.

* Hazırlık döneminde yapılan PCR testleri sonucu negatif olan sporcular, teknik personel, yardımcı personel, federasyon temsilcisi ve hakemler faaliyetlerde yer almalıdır.
* Müsabaka döneminde PCR testi yapılmalı ve test sonucu negatif olan sporcular, teknik personel, yardımcı personel, federasyon temsilcisi ve hakemler müsabakada yer almalıdır.

2. Semptomu olan bireylerin (şüpheli vaka) PCR testleri negatif olsa dahi Sağlık Bakanlığı Bilim Kurulu önerileri doğrultusunda ek tetkikleri istenmeli, gerekli konsültasyonları yapılmalı, tedavileri düzenlenmelidir.

* COVID-19 hastalığı durumunda ise bu bireylerin semptomların bitiminden itibaren 14 gün izolasyon uygulamaları gerekmektedir. İzolasyon sürelerinin bitiminde, 24 saat ara ile yapılacak 2 (iki) PCR testi negatif olduğu takdirde spora dönmeleri önerilmektedir.

3. PCR testleri pozitif olan bireylerin semptomları olsun veya olmasın Sağlık Bakanlığı Bilim Kurulu önerileri doğrultusunda ek tetkikleri, gerekli konsültasyonlar yapılmalı, tedavisi düzenlenmeli ve izolasyon uygulanmalıdır. Ayrıca temas ettikleri tüm kişiler belirlenerek Sağlık Bakanlığı COVID-19 hasta takip planı uygulanmalıdır.

* PCR testleri pozitif olup asemptomatik\* olan bireylerin *14 gün izolasyon uygulamaları gerekmektedir.* İzolasyon süresinin bitiminde, 24 saat ara ile yapılacak 2(iki) PCR testi negatif olduğu takdirde spora dönmeleri önerilmektedir.
* PCR testleri pozitif olup hafif\*\* veya orta şiddette\*\*\* (hastaneye yatış gerektiren) semptomu olan *bireylerin semptomların bitiminden itibaren 14 gün izolasyon* *uygulamaları gerekmektedir.* İzolasyon süresinin bitiminde 24 saat ara ile yapılacak 2 (iki) PCR testi negatif olduğu takdirde spora dönmeleri önerilmektedir.
* PCR testleri pozitif olup şiddetli\*\*\*\* (yoğun bakıma yatış gerektiren) semptomu olan bireylerin 3-6 ay süre ile sportif aktivitelere katılımı önerilmemektedir (Miyokardit açısından takip edilmelidirler).

*\* Spora dönüş öncesinde yapılacak olan kardiyak değerlendirmede öykü, fizik muayene, 12 derivasyonlu EKG, transtorasik ekokardiyografi yapılması önerilmektedir.*

*\*\* Spora dönüş öncesinde yapılacak olan kardiyak değerlendirmede öykü, fizik muayene, 12 derivasyonlu EKG, transtorasik ekokardiyografi, Troponin, CRP ve efor testi yapılması önerilmektedir.*

*\*\*\* Spora dönüş öncesinde yapılacak olan kardiyak değerlendirmede öykü, fizik muayene, 12 derivasyonlu EKG, transtorasik ekokardiyografi, Troponin, CRP, efor testi, holter testi ve kardiyak MR görüntüleme yapılması önerilmektedir.*

*\*\*\*\* 3-6 ay sonra yapılacak olan kardiyak değerlendirmede öykü, fizik muayene, 12 derivasyonlu EKG, transtorasik ekokardiyografi, Troponin, CRP, efor testi, holter testi ve kardiyak MR görüntüleme yapılması önerilmektedir.*