

## AĞRI İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ

### Diyadin İlçe Sağlık Müdürlüğü

#### Hasta Hakları Broşürü

- Broşürler A5 ebatında olacaktır.
- Kuşe kağıda, renkli, çift taraflı baskı olacaktır.
- Tasarımlar Sağlık Bakanlığı kurumsal kimlik kılavuzuna uygun şekilde olacaktır.
- Tasarımlar kurumun isteyeceği görsel ve sloganlara göre yapılacaktır.
- Tasarımlar kurum tarafından örnek ürün üzerinden onaylandıktan sonra ürün baskısı ve imalatı yapılacaktır.

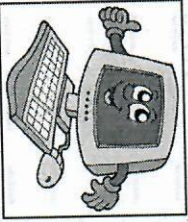
Üye Paşa Mansız 	Birim Sorumlusu Umur Taşcıoğlu 	Üye Derya Taşdemir 
---	--	--

## Hasta Hakkı İhlalinde

### Nerelere Başvurabilirsiniz?

İnternette

<https://hastahaklari.saglik.gov.tr>



Ağrı İl Sağlık Müdürlüğü

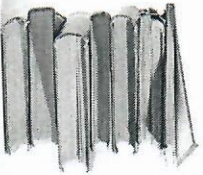
Hasta Hakları Birimlerimize

**BASVURABİLİRSİNİZ.**

0 (472) 215 12 45

**AĞRI İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ**

Hasta Hakları Birimi



## Hasta Hakları Birimi Başvuru Süreçleri

Hasta veya hasta yakınım.

Hastane  
biriminin başvuru alması.

Başvuru  
geçirilerek HBBS'ye aktarılır.

Başvuru  
yapılır  
öncelikle

çözümlemeye çalışılır ve sisteme  
sorunum çözülüşün olarak kaydedilir.

Başvuru  
çözümlemeye bitiren bilgi ve belgeler  
toplanarak sistem

üzerinden  
gönderilir.

Başvuru kurula değerlendirilir ve oy  
çokluğu ile karara bağlanır.

Kurul sonucu hasta hakları il  
koordinatörlüğü tarafından sisteme  
kaydedilir.

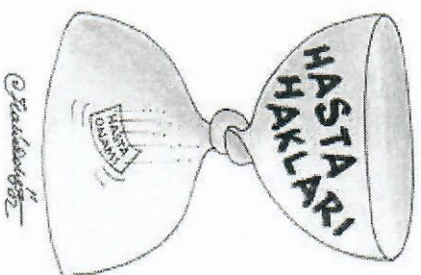
Kurul sonucu personel ve başvuru  
sahibine hasta hakları birimi tarafından



T.C. Sağlık Bakanlığı

Ağrı İl Sağlık Müdürlüğü

Hasta Hakları Birimi



*Ç. Zaferanoğlu*

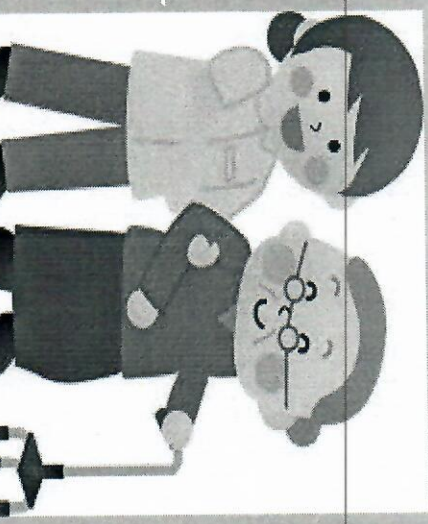
**UNUTMAYIN!**

*Hak ve sorumluluklarınızı bilerseniz  
sorularınızın çözümünü de kolaylaşır.*

# HASTA HAKLARI

## 1. Hekim Seçme

Hastalar diledikleri hekim ve sağlık kurumunda muayene ve tedavi olabilmelidirler.



## HASTA SAĞLIK HİZMETİ ALIRKEN AŞAĞIDAKİ KURALLARA UYAR

\* Başvurduğunuz sağlık kurum ve kuruluşunun kuralları ve uygulamalarına uygun davranın ve katılımcı bir yaklaşımla teşhis ve tedavi ekibinin bir parçası olduğunuzla ilgili hareket eder.

\* Yakınmalarını, daha önce geçirdiği hastalıkları, görüldüğü tedavileri ve tıbbi müdahaleleri, eğer varsa halen kullandığı ilaçları ve sağlığı ile ilgili bilgileri mümkün olduğunca eksiksiz ve doğru olarak verir.

\* Hekim tarafından belirlenen sürelerde kontrole gelmeli ve tedavisinin gidişatı hakkında geri bildirimlerde bulunmalıdır.

\* Randevu tarih ve saatinde uyar ve değişiklikleri bildirir.

\* İlgili mevzuata göre öncelik tanıyan hastalar ile diğer hastaların ve personelin haklarına saygı gösterir.

\* Personelle sözlü ve fiziki saldırıya yönelik davranışlarda bulunmaz.

\* Hastaya hastane malzemelerine verdiği zararları karşılamak zorundadır.

\* Hasta; uygulanacak tedaviyi reddetmesinden veya önerilene uymamasından dolayı doğacak sonuçlardan kendisi sorumludur.

## 3. Bilgilendirme

Hastaya konulan tanı, tedavi seçenekleri, ilaçların kullanımını, ödeme süreçleri gibi konularda bilgilendirilmelidir.

## 5. Konfor ve Güven

Sağlık kurum ve kuruluşları hastaların, ziyaretçileri ve refakatçilerinin can ve mal güvenliğini sağlamalıdır.

## 7. Dini Hizmetler

Hasta dini inancı doğrultusunda dini hizmetlerden faydalanabilmeli, dini sorumluluklarını serbestçe yerine getirebilmelidir.

## 9. Şikayet ve Tazminat

Hastalar haklarının ihlali durumunda, şikayeti olma hakkına sahiptir.

## 2. Eşitlik ve Özenle Hizmet

Sağlık hizmetlerinin sunumunda hasta/hasta yakınlarına saygılı davranılmalı ve ayırım yapılmamalıdır.

## 4. Tıbbi Kayıtlara Ulaşma

Hasta kendisine ait tıbbi kayıtları, dosya ve dokümanları inceleyebilmeli, bir kopyasını veya raporlarını alabilmelidir.

## 6. Mahremiyet

Hastaya ait olan ve üçüncü kişiler tarafından istenen hiçbir bilgi, hastanın izni olmaksızın verilemez.

## 8. Refakatçi ve Ziyaretçi

Refakatçi bulundurulabilir, ziyaretçi kabul edebilirler.

# AFİŞ TEKNİK ŞARTNAMESİ



1. Afişlerin sol üst kısmında T.C. Sağlık Bakanlığı alt kısmında Ağrı İl Sağlık Müdürlüğü yazılmalıdır. logosu bulunmalı ve logonun
2. Kuşe kağıda renkli basılı olmalı, Sağlık Bakanlığı logosunun altında Ağrı İl Sağlık Müdürlüğü yazmalıdır.
3. Beyaz Koda yönelik basılacak olan her bir afiş, 1 . Sınıf basım ve 50x70 cm ebatında 2 farklı çeşit olan afişlerden 200' er adet olmak üzere toplam 400 adet, renk, şekil ve içerik ekte yer almaktadır.
4. Teknik şartnameye uygun olarak Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığına teslim edilmesi gerekmektedir.
5. Basım yapılmadan önce her afiştten 1 adet örnek Başkanlığımıza getirilerek onay alınmalı ve sonra basım gerçekleştirilmelidir.
6. Teknik şartnameye uygun olmayan malzemeler tarafımızca teslim alınmayacaktır.

Çevre Sağlığı Tekn.  
Fatime YOLCU

Çevre Sağlığı Tekn.  
Begüm COLAKOĞLU ÇİN

Çevre Sağlığı Tekn.  
Saim AYCAN YAŞAR

# BROŞÜR TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. Ekte yer alan örneklerin çift taraflı basımı yapılmalıdır.
2. Birinci sınıf basım olmalıdır.
3. Ölçüsü A4(29,7X 21 cm) ve iki kıvrımlı olmalıdır.



3. Broşürlerin üst kısmında T.C. Sağlık Bakanlığı alt kısmında Ağrı İl Sağlık Müdürlüğü yazılmalıdır.

logosu bulunmalı ve logonun

4. Broşürümüz 600 adet olmalıdır.
5. Basım başlamadan önce broşür örneği Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığına getirilerek onay alınmalıdır.
6. Teknik şartnameye uygun olmayan malzemeler tarafımızca teslim alınmayacaktır.

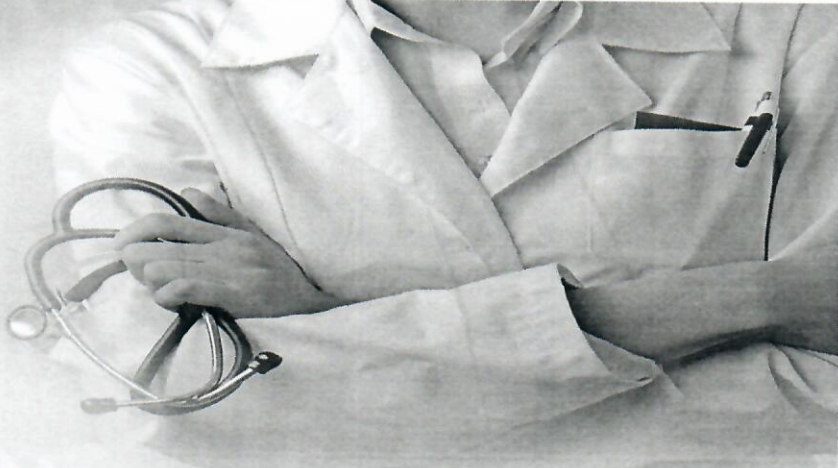
Çevre Sağlığı Tekn.  
Fatime YOLCU

Çevre Sağlığı Tekn.  
Begüm ÇOLAKOĞLU ÇİN

Çevre Sağlığı Tekn.  
Saime AYCAN YAŞAR



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
HALK SAĞLIĞI  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



**ŞİDDETE UĞRAYAN  
SAĞLIK ÇALIŞANININ  
HİZMETTEN ÇEKİLME HAKKI  
VARDIR.**

**ŞİDDET UYGULAYAN HAKKINDA  
ÇALIŞAN ŞİKÂYETÇİ OLMASA DA  
ADLİ İŞLEM  
BAŞLATILIR.**



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
HALK SAĞLIĞI  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ



**Sağlık çalışanının, hizmet sunumu sırasında  
maruz kaldığı her türlü saldırgan davranış  
"ŞİDDET"tir.**



**Şiddete maruz kalan çalışan, kendisi şikâyetçi olmasa da  
Sağlık Bakanlığı tarafından  
hukuki süreç başlatılır.**

Çevre Sağlığı Tekn.  
Fatime YOLCU

Çevre Sağlığı Tekn.  
Begüm ÇOLAKOĞLU ÇİN

Çevre Sağlığı Tekn.  
Saima AYCAN YAŞAR

Çalışana şiddet resmi makamlarca belgelendikten sonra, şiddet uygulayan kişinin mevcut aile hekiminden kaydı silinir.

Şiddete uğrayan sağlık çalışanı  
Alo 113  
telefon hattından,  
beyazkod.saglik.gov.tr  
internet ağı  
üzerinden veya  
çalışan hakları ve güvenliği birimine  
başvurarak  
şikâyetinde bulunabilir.



**Beyaz KOD**

Lütfen üye girişi yapınız.

Üye Bilgileri Ortak Giriş Noktası

T.C. Kimlik No

Sıhhi

Ben robot değilim

Raporlama Giriş Giriş

Üye ol | Şifreni unuttun  
Yeni bir üye mi | Yaşamaya başladığın çalışan üye ol



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
HALK SAĞLIĞI  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

## Şiddete Uğrayan Sağlık Çalışanı

 **ALO 113**

[www.beyazkod.saglik.gov.tr](http://www.beyazkod.saglik.gov.tr)

ÇALIŞAN HAKLARI VE GÜVENLİĞİ BİRİMİ

**ŞİDDETSİZ TOPLUM  
SAĞLIKLI TOPLUM  
SAĞLIKLI GELECEK**

## Şiddet

sağlık hizmeti  
almanın yolu değildir

Sağlık çalışanının hizmet sunumu sırasında maruz kaldığı her türlü saldırgan davranış “ŞİDDET” tir.

Sözlü veya fiziki şiddet, çalışanın hizmet verme azmini kırar, diğer hastalara verilen hizmeti de aksatır.

Hizmet talep ederken çalışanlarla doğru iletişim kurmayı gözlemlemek işleyişi hızlandırır.



Muayene sırasına uymak, herkesin zamanında sağlık hizmeti almasını sağlar.

*“Hastalık yoktur, hasta vardır.”*

Hekiminiz, size uygun tetkiklere ve ilaçlara karar verecek kişidir.

Başkasının ilacını kullanmak, size yarardan çok zarar verebilir.

Sevk veya istirahat ihtiyacınızı hekim belirler. Hekiminize güvenin!

Şiddete maruz kalan sağlık çalışanının, acil verilmesi gereken hizmetler dışında hizmetten çekilme hakkı vardır.

Kanunda suç olarak belirlenen hakaret, tehdit ve yaralama gibi fiillere maruz kalan çalışan, kendisi şikâyetçi olmasa da Sağlık Bakanlığı tarafından hukuki süreç başlatılır.

Çalışan isterse, Sağlık Bakanlığı avukatlarıncı hukuki destek verilir.



Çevre Sağlığı Tekn.  
Fatime YOLCU

Çevre Sağlığı Tekn.  
Begüm COLAKOĞLU ÇİN

Çevre Sağlığı Tekn.  
Saime AYCAN YAŞAR



**T.C**  
**AĞRI HALK SAĞLIĞI BAŞKANLIĞI**

**BROŞÜR TEKNİK ŞARTNAMESİ**

- 1. KONU** : Halk Sağlığı Başkanlığı tarafından dağıtılmak üzere bilgilendirme broşür'ü teknik şartnamesidir.
- 2. MALZEMENİN ADI:** Broşür
- 3. MALZEMENİN ÖZELLİKLERİ:**
  1. 20 cm x 30 cm ebatlarında olmalıdır.
  2. 1.sınıf basım olmalı
  3. 125 gr parlak, beyaz kuşe kağıt olmalıdır.
  4. Çift taraflı basılmalıdır.
  5. Dokuz çeşit katlanabilir şekilde dizayn ( Prostat Kanseri , Meme Kanseri , Kendi Kendine Meme Muayenesi, Akciğer Kanseri, Kolorektal Kanseri, Çocukluk Çağı Kanseri, Lenfoma Günü, Serviks Kanseri, Dünya Kanseri Günü)
  6. 3000'er adet olmalıdır.
  7. Hatalı basım kabul edilmeyecektir
  8. Hatalı basım yapılırsa yeniden firma tarafından basım yapılacak bunun için ek ücret talep edilmeyecek
  9. Teslimat en geç 30.11.2023 tarihinde yapılacaktır. Verilen süre içerisinde teslimat yapılmazsa mal başkanlığımızca teslim alınmayacak ve firmaya herhangi bir ödeme yapılmayacaktır.
  10. Renkli basılmalıdır.
  11. Renk, şekil ve içerik olarak ekteki örnekteki gibi olmalı
  12. Sağlık Bakanlığının ve Ağrı İl Sağlık Müdürlüğünün Logosu olmalıdır.
  13. Basım yapılmadan önce bir adet örnek Başkanlığımıza getirilerek onay alındıktan sonra basım yapılmalıdır.

Ruşen KARAKURT  
**HEMŞİRE**

Fatma ALPTEKİN  
**HEMŞİRE**

Demet KARAGÖZ  
**Bulaşıcı Olmayan Hastalıklar  
Kanser Birimi Sorumlusu**





**T.C**  
**AĞRI HALK SAĞLIĞI BAŞKANLIĞI**

**AFİŞ TEKNİK ŞARTNAMESİ**

- 1. KONU** : Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı tarafından ilgili yerlere asılmak üzere bilgilendirme afiş teknik şartnamesidir.
- 2. MALZEMENİN ADI:** Afiş
- 3. MALZEMENİN ÖZELLİKLERİ:**
  - 3. MALZEMENİN ÖZELLİKLERİ:**
    1. 50 x 70 cm (+/- 2 cm) boyutunda
    2. 125 gr parlak, beyaz kuşe kağıda basım olmalıdır.
    3. Tek taraflı basılmalıdır.
    4. Beş çeşit (4 Şubat Dünya Kanser Günü, Meme Kanseri Afişi, Kolorektal Kanseri Afişi, Serviks Kanseri Afişi, Erken Teşhis Hayat Kurtarır Afişi)
    5. 500'er adet olmalı
    6. Hatalı basım kabul edilmeyecektir
    7. Hatalı basım yapılırsa yeniden firma tarafından basım yapılacak bunun için ek ücret talep edilmeyecek
    8. Teslimat en geç 30.11.2023 tarihinde yapılacaktır. Verilen süre içerisinde teslimat yapılmazsa mal başkanlığımızca teslim alınmayacak ve firmaya herhangi bir ödeme yapılmayacaktır.
    9. Sağlık Bakanlığının ve Ağrı İl Sağlık Müdürlüğünün Logosu olmalıdır.
    10. Renkli basılmalıdır.
    11. Renk, şekil ve içerik olarak ekteki örnekteki gibi olmalı
    12. Basım yapılmadan önce bir adet örnek Başkanlığımıza getirilerek onay alındıktan sonra basım yapılmalıdır.

Fatma ALPTEKİN  
Hemşire

Ruşen KARAKURT  
Hemşire

Dr. Demet KARAGÖZ  
Bulaşıcı Olmayan Hastalıklar Kanser  
Birimi Sorumlusu



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
HALK SAĞLIĞI  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

# Erken Teşhis Hayat Kurtarır.

**50-70 YAŞ**  
Aralığındaysanız  
Tarama için  
**KETEM** veya  
Aile Hekiminize  
Başvurun.

farkındayız  
KANSERİ  
YENECEĞİZ

**Hayatınız Bizim İçin Değerlidir.**

**KETEM**  
KANSER ERKEN TEŞHİS, TARAMA VE EĞİTİM MERKEZİ



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
HALK SAĞLIĞI  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

# Erken Teşhis Hayat Kurtarır.

**40-69 YAŞ**  
Aralığındaki  
Kadınlar  
Meme Kanseri  
Taraması için  
**KETEM** veya  
Aile Hekiminize  
Başvurun.

farkındayız  
KANSERİ  
YENECEĞİZ

**Hayatınız Bizim İçin Değerlidir.**

**KETEM**  
KANSER ERKEN TEŞHİS, TARAMA VE EĞİTİM MERKEZİ

[www.kanser.gov.tr](http://www.kanser.gov.tr)



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
HALK SAĞLIĞI  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

# Erken Teşhis Hayat Kurtarır

Erken Teşhis  
Amacıyla  
Kanser  
Taramalarınızı  
Yaptırmak için  
**KETEM** veya  
Aile Hekiminize  
Başvurun...



*Hayatınız Bizim İçin Değerlidir.*

[www.kanser.gov.tr](http://www.kanser.gov.tr)



# KANSERDE ERKEN TEŞHİS HAYAT KURTARIR

- 30-65 yaş arasındaki kadınlar 5 yılda bir rahim ağzı kanseri,
- 40-69 yaş arasındaki kadınlar 2 yılda bir meme kanseri,
- 50-70 yaş arasındaki kadınlar ve erkekler 2 yılda bir kalın bağırsak kanseri taramanızı YAPTIRIN.



TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
SAĞLIK BAKANLIĞI

saglik.gov.tr

  
/SaglikBakanligi



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI  
HALK SAĞLIĞI  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

# Erken Teşhis Hayat Kurtarır.

**30-65 YAŞ**  
Aralığındaki  
Kadınlar  
Rahim Ağzı Kanseri  
(HPV) Taraması için  
**KETEM** veya  
Aile Hekiminize  
Başvurun.

farkındayız  
KANSERİ  
YENECEĞİZ

**Hayatınız Bizim İçin Değerlidir.**

**KETEM**  
KANSER ERKEN TEŞHİS, TARAMA VE EĞİTİM MERKEZİ

[hsgm.kanser@saglik.gov.tr](mailto:hsgm.kanser@saglik.gov.tr)

[www.kanser.gov.tr](http://www.kanser.gov.tr)

### Ailemizin Afacan Çocuğu: İnternet Kitapçığı Teknik Şartnamesi

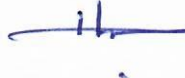
- 1) **Güvenli İnternet Bilgi Dolabı Kitapçığı**
- 2) Boyut 14x16 formatında olmalı
- 3) Kapak 110 gr parlak bristol, kitapçığın iç kısmı 80 gr kuşe kağıda baskılı olmalı
- 4) Çevresi yırtılmaya ve yıpranmaya dayanıklı olmalı
- 5) Çift taraflı olmalı
- 6) Kitapçık şeklinde ortadan 2 zımbalı olmalı
- 7) Birinci sınıf basım olmalı
- 8) Basım yapılmadan önce kitapçığın bir örneği Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı Ruh Sağlığı Birimi'ne gönderilmeli onay verilirse basım yapılmalı
- 9) Hatalı basım kabul edilmeyecek ve yeniden basım yapılmayacak olup ilave ücret ödenmeyecektir.
- 10) 1000 adet basım yapılmalıdır.

Bu şartname 01.11.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Hakan Yaşar  
Sosyal Çalışmacı



Hikmet KAYA  
Doktor



Barzan TUNÇ  
Psikolog



### Otizm Spektrum Bozukluğu Kitapçığı Teknik Şartnamesi

- 1) Güvenli İnternet Bilgi Dolabı Kitapçığı
- 2) Boyut 15x21 formatında olmalı
- 3) Kapak 110 gr parlak bristol, kitapçığın iç kısmı 80 gr kuşe kağıda baskılı olmalı
- 4) evresi yırtılmaya ve yıpranmaya dayanıklı olmalı
- 5) ift taraflı olmalı
- 6) Kitapçık Şeklinde ortadan 2 zımbalı olmalı
- 7) Birinci sınıf basım olmalı
- 8) Basım yapılmadan önce kitapçığın bir rneği Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı Ruh Sağlığı Birimi'ne gönderilmeli onay verilirse basım yapılmalı
- 9) Hatalı basım kabul edilmeyecek ve yeniden basım yapılmayacak olup ilave ücret ödenmeyecektir.
- 10) 700 adet basım yapılmalıdır.

Bu Şartname 01.11.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Hakan Yaşar  
Sosyal alıŐmacı



Hikmet KAYA  
Doktor



Barzan TUNÇ  
Psikolog





## Psikolojik Dayanıklık Broşürü Teknik Şartnamesi

- 1) Psikolojik Dayanıklık Broşürü Teknik Şartnamesi
- 2) 16x20 cm ebadında olmalı.
- 3) Kuşe kağıda renkli basılı olmalı.
- 4) Çevresi yırtılmaya ve yıpranmaya dayanıklı olmalı
- 5) Birinci sınıf basım olmalı
- 6) Basım yapılmadan önce broşürün bir örneği Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı Ruh Sağlığı Birimi'ne gönderilmeli onay verilirse basım yapılmalı
- 7) Hatalı basım kabul edilmeyecek ve yeniden basım yapılmayacak olup ilave ücret ödenmeyecektir.
- 8) 1000 adet basım yapılmalıdır.

Bu şartname 01.11.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Hakan Yaşar  
Sosyal Çalışmacı



Hikmet KAYA  
Doktor



Barzan TUNÇ  
Psikolog



## Çocuk İhmal ve İstismarı Broşürü Teknik Şartnamesi

- 1) **Çocuk İhmal ve İstismarı Broşürü**
- 2) A4 boyutunda kağıda basımı yapılmalı
- 3) Kuşe kağıda renkli basılı olmalı.
- 4) Çevresi yırtılmaya ve yıpranmaya dayanıklı olmalı
- 5) Birinci sınıf basım olmalı
- 6) Basım yapılmadan önce broşürün bir örneği Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı Ruh Sağlığı Birimi'ne gönderilmeli onay verilirse basım yapılmalı
- 7) Hatalı basım kabul edilmeyecek ve yeniden basım yapılmayacak olup ilave ücret ödenmeyecektir.
- 8) 1000 adet basım yapılmalıdır.

Bu şartname 01.11.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Hakan Yaşar  
Sosyal Çalışmacı



Hikmet KAYA  
Doktor



Barzan TUNÇ  
Psikolog



## İntiharı Önleme Teknik Şartnamesi

- 1) İntiharı Önleme Broşürü Teknik Şartnamesi
- 2) 14x20 cm ebadında olmalı.
- 3) Kuşe kağıda renkli basılı olmalı.
- 4) Çevresi yırtılmaya ve yıpranmaya dayanıklı olmalı
- 5) Birinci sınıf basım olmalı
- 6) Basım yapılmadan önce broşürün bir örneği Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı Ruh Sağlığı Birimi'ne gönderilmeli onay verilirse basım yapılmalı
- 7) Hatalı basım kabul edilmeyecek ve yeniden basım yapılmayacak olup ilave ücret ödenmeyecektir.
- 8) 1000 adet basım yapılmalıdır.

Bu şartname 01.11.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Hakan Yaşar  
Sosyal Çalışmacı



Hikmet KAYA  
Doktor



Barzan TUNÇ  
Psikolog



### 0-3 Yaş Teknolojik Cihazlar Broşürü Teknik Şartnamesi

- 1) 0-3 Yaş Teknolojik Cihazlar Broşürü
- 2) A4 boyutunda kağıda basımı yapılmalı
- 3) Kuşe kağıda renkli basılı olmalı.
- 4) Çevresi yırtılmaya ve yıpranmaya dayanıklı olmalı
- 5) Birinci sınıf basım olmalı
- 6) Basım yapılmadan önce broşürün bir örneği Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı Ruh Sağlığı Birimi'ne gönderilmeli onay verilirse basım yapılmalı
- 7) Hatalı basım kabul edilmeyecek ve yeniden basım yapılmayacak olup ilave ücret ödenmeyecektir.
- 8) 1000 adet basım yapılmalıdır.

Bu şartname 01.11.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Hakan Yaşar  
Sosyal Çalışmacı



Hikmet KAYA  
Doktor



Barzan TUNÇ  
Psikolog



### Güvenli İnternet Bilgi Dolabı Kitapçığı Teknik Şartnamesi

- 1) **Güvenli İnternet Bilgi Dolabı Kitapçığı**
- 2) Boyut 15x15 formatında olmalı
- 3) Kapak 110 gr parlak bristol, kitapçığın iç kısmı 80 gr kuşe kağıda baskılı olmalı
- 4) Çevresi yırtılmaya ve yıpranmaya dayanıklı olmalı
- 5) Çift taraflı olmalı
- 6) Kitapçık şeklinde ortadan 2 zımbalı olmalı
- 7) Birinci sınıf basım olmalı
- 8) Basım yapılmadan önce kitapçığın bir örneği Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı Ruh Sağlığı Birimi'ne gönderilmeli onay verilirse basım yapılmalı
- 9) Hatalı basım kabul edilmeyecek ve yeniden basım yapılmayacak olup ilave ücret ödenmeyecektir.
- 10) 1000 adet basım yapılmalıdır.

Bu şartname 01.11.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Hakan Yaşar  
Sosyal Çalışmacı



Hikmet KAYA  
Doktor



Barzan TUNÇ  
Psikolog



## Güvenli İnternet Kılavuzu Broşürü Teknik Şartnamesi

- 1) **Güvenli İnternet Kılavuzu Broşürü**
- 2) A4 boyutunda kağıda basımı yapılmalı
- 3) Kuşe kağıda renkli basılı olmalı.
- 4) Çevresi yırtılmaya ve yıpranmaya dayanıklı olmalı
- 5) Birinci sınıf basım olmalı
- 6) Basım yapılmadan önce broşürün bir örneği Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı Ruh Sağlığı Birimi'ne gönderilmeli onay verilirse basım yapılmalı
- 7) Hatalı basım kabul edilmeyecek ve yeniden basım yapılmayacak olup ilave ücret ödenmeyecektir.
- 8) 1000 adet basım yapılmalıdır.

Bu şartname 01.11.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Hakan Yaşar  
Sosyal Çalışmacı



Hikmet KAYA  
Doktor



Barzan TUNÇ  
Psikolog



## Şifreni koru

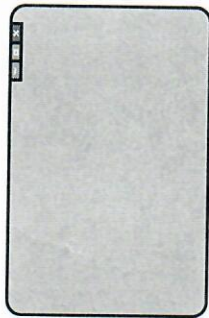


Şifrelerimi hiç kimseye söylemiyorum.  
Şifremde hem harfler(d,g,V,z,.. gibi) hem sayılar hem de karakterler(\*\_!- gibi) var.  
Böylece şifrelerim daha güçlü.

## Bilgisayarını koru



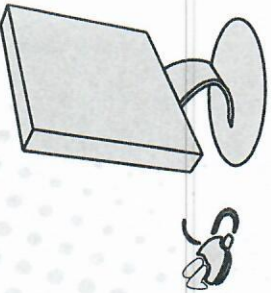
Evde Güvenli İnternet Çocuk Profili kullanıyoruz. Böylece zararlı sitelerden korunuyoruz.



[www.guvenlinet.org](http://www.guvenlinet.org)

Bilmediğim e-postaları açmıyorum çünkü zararlı yazılım(virüs, truva atı vb.) içerebilir ve böylece bilgilerim çalınabilir.

## İyi ve nazık bir kullanıcı ol



İnternette düzgün Türkçe kullanmaya özen gösteriyorum. Tıpkı günlük hayatta olduğu gibi başkalarına gösterdiğim saygıya karşılık ben de saygı görüyorum.

## Şikayet hakkını kullan



Zararlı ve rahatsız edici bir siteyle karşılaşırsam aileme söylüyorum.  
Böyle siteleri [www.ihbarweb.org.tr](http://www.ihbarweb.org.tr)'ye şikayet ediyoruz.



# Güvenli İnternet Kılavuzum



# Merhaba Arkadaşlar

İnternet uçsuz bucaksız ve zenginliklerle dolu bir dünya.

Bazen ödevlerimi İnternet üzerinden yapıyorum.

İnternet üzerinden yeni bilgiler öğreniyor, akrabalarım ve arkadaşlarımla konuşuyorum.

Fakat İnternetteki tehlikelerden de korunmak için bazı şeylere dikkat ediyorum.

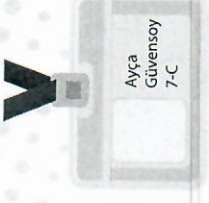
## Rotanı sen çiz

Ailemle ya da öğretmenlerimle birlikte güvenli olduğunu tespit ettiğim İnternet sitelerini sık kullanılanlara eklerim.



Örneğin: Güvenli Çocuk ([www.guvenlicocuk.org.tr](http://www.guvenlicocuk.org.tr)) sık kullanılanlarımda. İnternetin güvenliğini sağlamak için oynamak istediğimde kolayca açılıyor.

## Kişisel bilgilere dikkat



Adım, yaşı, okulum, sınıfım, adresim, telefon numaram, TC kimlik numaram gibi bilgilerinin bana ulaşabileceği bilgileri İnternette yazmıyorum.

Ayrıca ailemin kredi kartı numarasını vermem de maddi zarar doğurabilir.

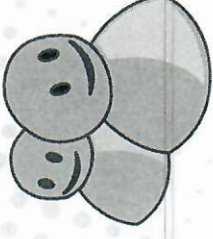
## Zamanı sen yönet

İnternetin zamanımı çalmasına izin vermiyorum. Önceliklerimi biliyorum, İnternette oyunların derslerimin önüne geçmesine izin vermiyorum.



Uzun süre bilgisayara bakmıyorum ve bilgisayar karşısında dik oturuyorum. Çünkü bu sağlığım için çok önemli.

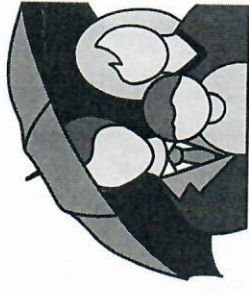
## Arkadaşını sen seç



Tanımadığım kişilerin İnternette yaptıkları arkadaşlıklarını kabul etmiyorum. Çünkü İnternette kolaylıkla yalan söyleyebilen kişileri farklı kişiler olarak tanıtabiliriz.

## Kendini ve aileni koru

Önce düşün, sonra paylaş!



Ben ve ailem ile ilgili özel bilgileri ve fotoğraflarımı paylaşmıyorum çünkü paylaştıklarımı herkes görür. İnternette yayınlanan şeyler İnternette silinmez!



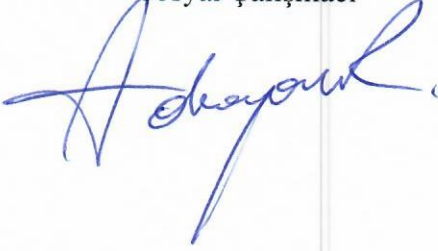
## AFİŞ TEKNİK ŞARTNAME

- 1) **Tütün ve Diğer Bağımlılık Yapıcı Maddelerle Mücadele Birimi Tanıtım**
- 2) Teknik Özellikler:
  - ✓ **Boyut:** 50\*70 cm
  - ✓ **Baskı :** 2 Renk (Tek yüz)
  - ✓ **İç kağıt:** 135 gr ve üzeri Parlak Kuşe
- 3) Çevresi yırtılmaya ve yıpranmaya dayanıklı olmalı
- 4) Renk şekil ve içerik CD'deki gibi olmalı
- 5) Birinci sınıf basım olmalı
- 6) Basım yapılmadan önce broşürün bir örneği Halk Sağlığı Hizmetleri Başkanlığı **Tütün ve Diğer Bağımlılık Yapıcı Maddelerle Mücadele Birimi**'ne gönderilmeli onay verilirse basım yapılmalı
- 7) Hatalı basım kabul edilmeyecek ve yeniden basım yapılmayacak olup ilave ücret ödenmeyecektir.
- 8) 1000 adet basım yapılmalıdır.

Bu şartname 07.11.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

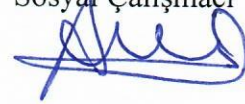
Hakan YAŞAR

Sosyal Çalışmacı



Ali Osman YILDIZ

Sosyal Çalışmacı



Barzan TUNÇ

Psikolog



## HAVANI KORU BROŞÜRÜ TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. A 4 boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı.
2. Çift taraflı olmalı.
3. 1. Sınıf basım olmalı.
4. Renk şekil ve içerik fiziki örnekteki gibi olmalı.
- 5.1000 adet basım olmalı.
- 6.1000 adet basım başlamadan önce 1 adet örnek Müdürlüğe getirilerek onay alınmalı.

Bu teknik şartname 02.11.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Barzan TUNÇ  
Psikolog



Hakan YAŞAR  
Sosyal Çalışmacı



Ali Osman YILDIZ  
Sosyal Çalışmacı



## UYUŞTURUCU BROŐURÜ TEKNİK ŞARTNAMESİ

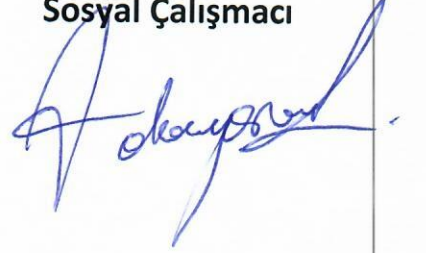
1. A 4 boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı.
2. Çift taraflı olmalı.
3. 1. Sınıf basım olmalı.
4. Renk Şekil ve içerik fiziki örnekteki gibi olmalı.
- 5.2000 adet basım olmalı.
- 6.2000 adet basım başlamadan önce 1 adet rnek Mdrlēe getirilerek onay alınmalı.

Bu teknik Şartname 02.11.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Barzan TUNÇ  
Psikolog



Hakan YAŞAR  
Sosyal alıŐmacı



Ali Osman YILDIZ  
Sosyal alıŐmacı



## NEDEN SİGARAYI BIRAKMALIYIM BROŞÜRÜ TEKNİK ŞARTNAMESİ

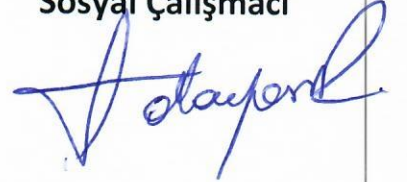
1. A 4 boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı.
2. Çift taraflı olmalı.
3. 1. Sınıf basım olmalı.
4. Renk şekil ve içerik fiziki örnekteki gibi olmalı.
- 5.1000 adet basım olmalı.
- 6.1000 adet basım başlamadan önce 1 adet örnek Müdürlüğe getirilerek onay alınmalı.

Bu teknik şartname 02.11.2023 tarihinde hazırlanmıştır.

Barzan TUNÇ  
Psikolog



Hakan YAŞAR  
Sosyal Çalışmacı



Ali Osman YILDIZ  
Sosyal Çalışmacı





## Danışma Hattı

ALO 191

Uyuşturucu ile Mücadele  
Danışma ve Destek Hattı

## Arındırma Merkezleri

AKATEM

Alkol ve Madde Bağımlılığı  
Tedavi ve Eğitim Merkezi

CEMATEM

Çocuk ve Ergen Madde Bağımlılığı  
Tedavi Merkezi



Daha fazla  
bilgi için  
QR kodu  
okutunuz



**T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI**  
SAĞLIĞIN GELİŞTİRİLMESİ  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Uyuşturucu kullanımının olası uzun dönem  
psikolojik ve fiziksel etkileri

- ▶ Hafıza problemleri
- ▶ Dikkat eksikliği ve öğrenme güçlüğü
- ▶ Depresyon ve anksiyete bozukluğu gibi  
duygudurum bozuklukları
- ▶ Paranoid kişilik bozukluğu
- ▶ Merkezi sinir sistemi tahribatı
- ▶ Kısıtlı halihazırda bulunan psikolojik  
bozuklukların şiddetinin artması
- ▶ Beyin hücrelerinin ölümü

Uyuşturucu kullanımının olası uzun dönem  
sosyal etkileri

- ▶ Aile ilişkilerinin zayıflaması
- ▶ Akademik başarısızlık
- ▶ Okulda ve işte disiplin problemleri
- ▶ Sosyal dışlanma
- ▶ İş kaybı
- ▶ Duygusal uzaklaşma
- ▶ Arkadaş çevresinin değişmesi
- ▶ Finansal problemler
- ▶ Suça meyilin artması



## İSTATİSTİKLERLE UYUŞTURUCU BAĞIMLILIĞI

Türkiye'de 15-64 yaş arası nüfusta  
bağımlılık yapıcı herhangi bir maddenin  
**en az bir kere deneme oranı %5,1'dir.**

TEBİRK Türkiye'de Genel Nüfusla Tutar, Alkol ve  
Madde Kullanımına Yönelik Tutar ve Davranış  
Araştırması Raporu 2018/1

Ülkemizde hayalüda  
en az bir kere madde kullanım oranı  
**etkinlerde % 94 liken kadurlarında %6'dur.**

TEBİRK Türkiye'de Genel Nüfusla Tutar, Alkol ve  
Madde Kullanımına Yönelik Tutar ve Davranış  
Araştırması Raporu 2018/1

Avrupa'da  
15-64 yaş arası nüfusta  
bağımlılık yapıcı herhangi bir maddenin  
**en az bir kere deneme oranı %29'dur.**

Avrupa Uyuşturucu Raporu 2015/1

2017 yılında ülkemizde  
madde kullanımına bağlı olarak  
**941 kişi hayatını kaybetmiştir.**

Türkiye Uyuşturucu Raporu 2018/1

2017 yılında ülkemizde  
madde bağımlılığıyla mücadele için  
yapılan kamu harcaması  
**936 milyon TL olmuştur.**

Türkiye Uyuşturucu Raporu 2018/1



**UYUŞTURUCU  
BAĞIMLILIĞINA**

**“HAYIR”  
DEĞİL**



## TANIM

Uyuşturucu bağımlılığı, kişinin sınırlarını sistemine ekleterek ederektir, fiziki ve psikolojik dengesini bozan, fert ve toplum açısından ekonomik ve sosyal yükümlülükleri meydana getiren maddelerin kullanılması, bundan zarar gördüğü halde bu maddelerin kullanımının bırakılmamasıdır.

“

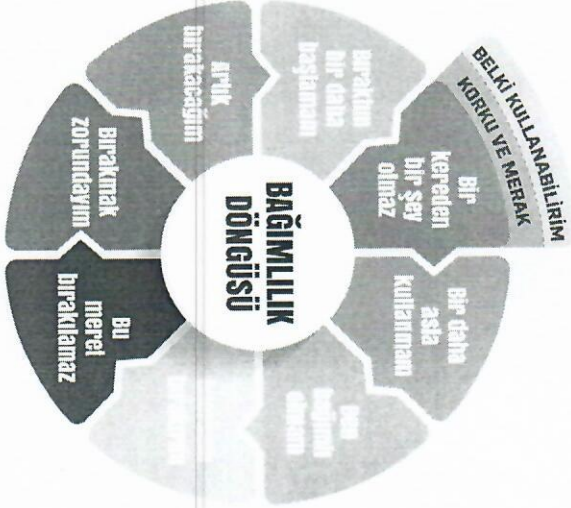
## TANIKRİTERLERİ

Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı DSM-5'e (2013) göre aşağıdaki durumlardan en az ikisinin birlikte görülmesi uyuşturucu bağımlılığı tanısının konulması için yeterlidir.

- ▶ Maddenin amaçlarından daha yüksek dozlarda veya uzun süreden beri alınması
- ▶ Madde kullanımını için yoğun istek duyulması
- ▶ Maddeyi almamayı veya azaltmayı bir veya birden fazla kez denemiş olmaya rağmen madde kullanımının bırakılmaması
- ▶ Maddeyi elde edebilmek, kullanmak veya etkilerinden kurtulabilmek için uzun zaman harcanması
- ▶ Tekrarlayan madde kullanımını sonucu iş, okul veya evdeki sorumlulukların yerine getirilememesi
- ▶ Madde kullanımını sonucu aile veya arkadaş çevresiyle yapılan etkinliklerin azalması veya bunlardan vazgeçilmesi sonucu ilişkilerin zayıflaması
- ▶ Madde kullanımının ve bağımlılığının sosyal, psikolojik ve fiziksel sorunlara neden olduğu bilirmesine rağmen madde kullanmaya devam edilmesi
- ▶ Maddeye karşı bedensel toleransın artması
- ▶ Maddenin uzun süreli ağır kullanımının sürdürülmesi sonucu kişiye kan veya dokü konsantrasyonlarının azalması ve çekilme sendromunun ortaya çıkması

## UYUŞTURUCU KULLANIMININ KISA VE UZUN DÖNEM ETKİLERİ

Uyuşturucu kullanımının, kişinin fiziksel ve psikolojik sağlığı ile sosyal yaşamı üzerinde ciddi etkileri vardır. Uyuşturucu kullanımının vücudaki etkilerinden bazıları yıllarca, bazıları da ömür boyu sürebilmektedir. Vücut üzerindeki etkisi hafif semptomlardan ciddi sağlık problemlerine kadar değişebilmektedir. Vücudtaki her sistem ve organ uyuşturucu bağımlılığından etkilenir.



Uyuşturucu kullanımının olası kısa dönem fiziksel, psikolojik ve sosyal etkileri

- ▶ Uykü bozuklukları
- ▶ İştah azalması
- ▶ Kan basıncında artış
- ▶ Düzensiz kalp atışı
- ▶ Yüksek ateş
- ▶ Bulantı ve kusma
- ▶ Huzursuzluk ve sınırlılık hali
- ▶ Bağışıklık sisteminde zayıflama
- ▶ Öz güven eksikliği
- ▶ Dikkat eksikliği
- ▶ İş yaşamında performans düşüklüğü
- ▶ Okula ilginin azalması ve akademik başarıda düşüş
- ▶ Denge problemi
- ▶ Uyuşturucu kullanımının olası uzun dönem fiziksel etkileri
- ▶ Kalp yetmezliği de dahil olmak üzere uzun süreli kalp hastalıkları
- ▶ Amfizem, akciğer kanseri ve kronik bronşit gibi solunum sistemini hastalıkları
- ▶ Böbrek yetmezliği dahil olmak üzere uzun süreli böbrek hasarı
- ▶ Karaciğer hasarı veya yetmezliği
- ▶ Kronik ağrı, felç ve kabızlık gibi sindirim sistemini hastalıkları
- ▶ HIV/AIDS gibi enteksiyon hastalıkları



ALO 171 Hattını arayarak sorularınıza cevap bulabilirsiniz. Sağlık Bakanlığı tarafından Sigara ile Mücadele amacıyla kurulan “ALO 171” Tütün ile Mücadele, Dayanışma ve Destek Hattı” 7 gün 24 saat süre ile ücretsiz hizmet vermektedir. Sigara bırakma sürecinde yılda en az 6 kez arayarak destek olmaktadır.

*SİGARAYI BIRAKABİLİRSİNİ*

## HAVANI KORU

Sigara bağımlılarının büyük çoğunluğu sigarayı bırakmak ister ya da bırakmayı düşünür. Eğer siz de bu kişilerden biriyse fakat bırakamayacağınızı düşünüyorsanız merak etmeyin, sigarayı bırakabilirsiniz. Sigarayı bırakmanızda size uzman personelimizle destek olacağız. Daha önce bizim yardımımızla sigarayı bırakmayı başaran binlerce kişi gibi siz de bağımlılığınızdan kurtulup sigarasız hayata “merhaba” diyebilirsiniz.



**PAYLAŞTIĞIMIZ HAVAYI VE SAĞLIĞIMIZI BİRLİKTE KORUYALIM!**

<http://www.havanikoru.org.tr>



TC Sağlık Bakanlığı



**Türkiye'nin Havası Artık**

**100%**

**Dumansız Hava Sahası**

SAĞLIK BAKANLIĞI

Daha fazla bilgi için [www.havanikoru.org](http://www.havanikoru.org)

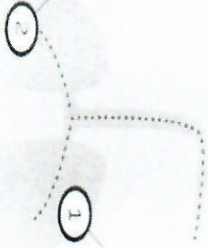
*Sigaradan uzak, sağlıklı bir yaşam seçin...*

## SİGARANIN ZARARLARININ FARKINDA MISIN?

Akciğer kanserlerinin %90'dan fazlasının nedeni sigaradır

Kanser ölümünün %30'undan sigara sorumludur. Akciğer kanseri hemen hemen bütün ülkelerde en sık görülür ve en fazla sayıda ölüme neden olan kanser türüdür. Sigara içenlerde en sık görülen kanser türü akciğer kanseridir. Sigara içmeye ne kadar erken yaşta başlanırsa, ne kadar uzun süreden beri sigara içiliyorsa akciğer kanserinin gelişme riski o ölçüde fazladır.

Sigara etkilerinde kızartık ve İhtilârlılığa neden olur



Sigara içmek, öncelikle akciğer kanseri, kronik bronşit, astıma neden olur

Akciğerimizi aracılığı ile vücudumuza giren sigara dumanı partikülleri yıkıcı etkilerini hemen başlatır. Sigara dumanının sıcaklığı ve duman içindeki cesitli maddeler nefes borusundaki koruyucu tüycüklerin ve salgı bezlerinin yapısını bozar. Sigara içmeye başladıkça akciğer kanseri, kronik bronşit ve astıma neden olur. Bu hastalıklar aynı zamanda sigara içenler arasındaki başlıca ölüm nedenleridir. Sigara dumanındaki karbon monoksit gazı, kanın oksijen taşıma kapasitesini azaltır ve dokular yeterince oksijen alamadığından egzersizde çabuk yorulma ortaya çıkar.

4 Sigara erken ve ölenebilir ölümlerin %15'ine neden olur. Dünyada her yıl sigaraya bağlı nedenlerden beş milyondan fazla erken ölüm gerçekleşmektedir.

Sigara dumanından pasif olarak sigara içenlerde de aktif sigara içenler kadar ortaya çıkabilmektedir.

Ülkemizde özellikle evlerde pasif içilenin yüksek düzeydedir. Evlerin %60-80'inde en az 1 sigara içicisi olduğu bilinmektedir.

Bebeklerin sağlığı her şeyten önemlidir

Gebelik sırasında sigara kullanımını hem anne hem de bebek sağlığına ciddi biçimde zarar vermektedir. Gebelik sırasında sigara kullanımı annelemin bebeğinde düşük doğum kilosunu, ani ölümü, vektörünü, bebektin anne kanında olması ile ilgili donemlerde davranışsal sorunlar görülmesine gibi pek çok sorun ortaya çıkabilmektedir.

7 Çocukların genetik sigara dumanına maruz kalması

Akciğerin gelişimini negatif etkiler, solunumu, sistemi etkileyen orta kulaç enfeksiyonları ve çocukluk çağı astımı gibi hastalıkların görülme oranını artırır. Sigara dumanı ve temasinin çoğaltması ile bu problemlerin şiddeti de yükselir.



## İĞARAYI BIRAKMANIN SAĞLIĞIMIZ AÇISINDAN FAYDALARI

İğarayı bıraktıktan sonra;

### 0. dakikada

İğarız, kan basıncı ve vücut ısısı normale döner.

### 4. saatte

İğarada karbon monoksit gazının düzeyi azalır.

### hafta-3 ay arasında

Soluk alıp vermek kolaylaşır,

Efor kapasitesi artar. (Örneğin; merdivenleri rahat çıkabilme, tempolu yürüyüş yapabilme, vb.)

Öksürük azalır, 3 ayda kaybolur,

Balgam 2 haftada yarı yarıya azalır,

Koku ve tat alma duyusu iyileşir,

Bağışıklık sistemi güçlenmeye başlar,

Diş ve parmaklarda sarı lekeler kaybolur.

### birinci yılda

Kalp krizi geçirme riski %50 azalır,

Beyin kanaması ve damar hastalığı riski %30-50 azalır,

KOAH, bronşit, vb. hastalıkların ilerlemesi durur.

### . yılda

Ağız, gırtlak, yemek borusu, idrar torbası kanser riski yarı yarıya azalır.

### 0. yılda

Felç olma riski 5-10 yıl içinde sigara içmeyenlerle eşitlenir,

Akciğer, ağız, gırtlak, yemek borusu, idrar torbası, böbrek,

pankreas kanseri riski azalmaya devam eder.

### 5. yılda

Kalp krizi riski hiç içmeyenlerle eşitlenir.

## NERELERDEN YARDIM ALABİLİRSİNİZ?

Sigarayı kendi kendinize bırakabileceğiniz gibi, ihtiyaç duymanız halinde bu konuda uzman kişilerden de yardım alabilirsiniz. Bunun için;

### ALO 171 Sağlık Bakanlığı Sigara Bırakma

**Danışma Hattı'** nı arayarak ihtiyacınız olan desteği alabilirsiniz.

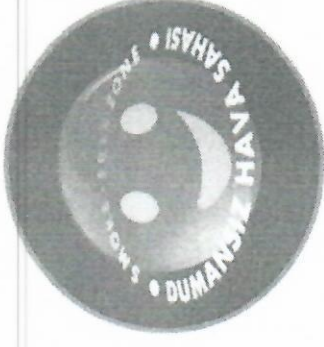
Sigarayı bırakırken bu konuda uzmanlaşmış bir hekimden destek almak isterseniz ;

### 182'yi arayarak **Merkezi Hekim Randevu Sistemi'**

nden size en yakın sigara bırakma polikliniği için randevu alabilir ya da doğrudan bu polikliniklere başvurabilirsiniz.



Sağlık Bakanlığı



## Türkiye'nin Havası Artık

# /100

## Dumansız Hava Sahası



SAĞLIK BAKANLIĞI

Detaylı bilgi için: [www.havanikoru.org](http://www.havanikoru.org)

**BİZE ULAŞIN;**

[sigarabirakma@saglik.gov.tr](mailto:sigarabirakma@saglik.gov.tr)

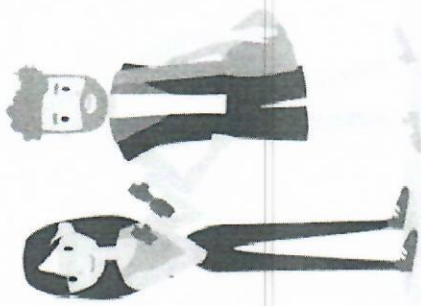
<http://www.havanikoru.org.tr>

*Sigaradan uzak, sağlıklı bir yaşam seçtin...*

# BIRAKMALIYIM, ÇÜNKÜ...

## HASTALIK RISKINI AZALTMAK İÇİN...

Sağlığınıza iyileştirmek ve hayatı tehdit eden hastalıklara dair riski azaltmak için...



## YAŞAM KALİTENİZİ YÜKSELTMEK İÇİN...

Yaşam kalitenizi yükseltmek, daha sağlıklı olmak için...



## İYİ ÖRNEK OLMAK İÇİN...

Aile ve arkadaşlarınıza iyi örnek olmak için...



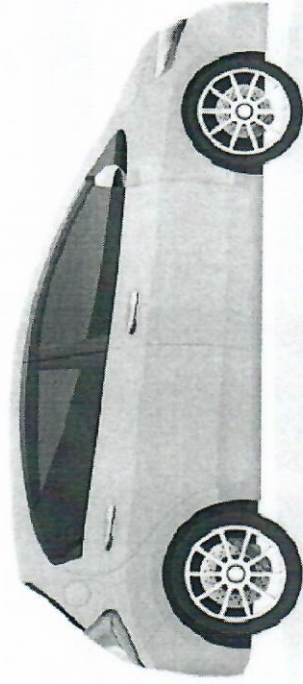
## TASARRUF ETMEK İÇİN...

Sigaraya verdiğiniz parayı harcamayarak tasarruf etmek için...



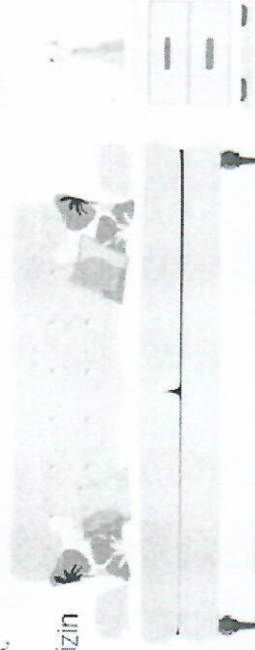
## DİŞ GÖRÜNÜŞÜNÜZÜ İYİLEŞTİRMEK İÇİN...

Dış görünüşünüzü iyileştirmek, daha iyi görünen cilt, diş ve saçlara sahip olmak, gıysilerinizin sigara kokmaması için...



## EV VE ARABANIZI TEMİZ TUTMAK İÇİN...

Ev ve arabanızı temiz tutmak, harcadığınız enerjiden tasarruf etmek için...

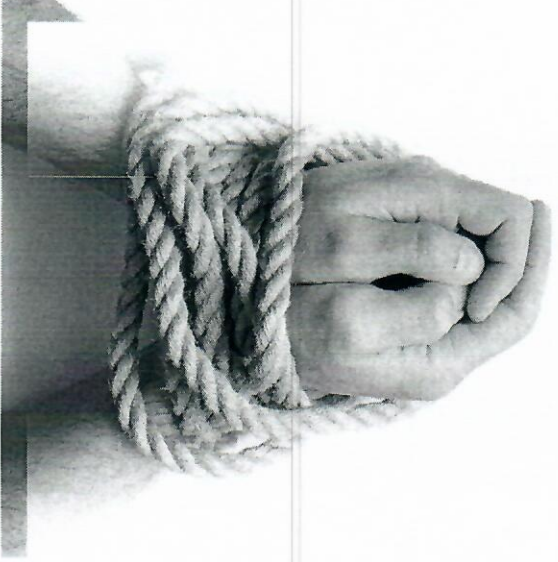


## EVİNİZİN HAVASINI İYİLEŞTİRMEK İÇİN

Evde yaşadığınız havayı iyileştirmek ve ailenizle arkadaşlarınızı sigara dumanına maruz bırakmamak için...

## TANIM

Uyuşturucu bağımlılığı, kişinin sınırlarını sistemine etki ederek aklı, fiziki ve psikolojik dengesini bozarak, fert ve toplum açısından ekonomik ve sosyal çöküntü meydana getiren maddelerin kullanılması, bundan zarar görüldüğü halde bu maddelerin kullanımının bırakılmamasıdır.



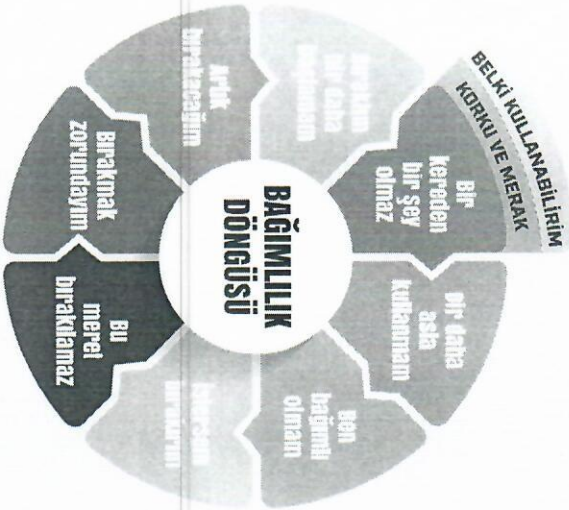
## TANI KRİTERLERİ

*Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı DSM-5'te (2013) göre aşağıdaki durumlardan en az ikisinin birlikte görülmesi uyuşturucu bağımlılığı tanısının konulması için yeterlidir.*

- ▶ Maddelerin amaçlarından daha yüksek dozlarda veya uzun süreden beri alınması
- ▶ Madde kullanımını için yoğun istek duyulması
- ▶ Maddeyi almamayı veya azaltmayı bir veya birden fazla kez denemiş olmaya rağmen madde kullanımının bırakılmaması
- ▶ Maddeyi elde edilebilmek, kullanmak veya etkilerinden kurtulabilmek için uzun zaman harcanması
- ▶ Tekrarlayan madde kullanımını sonucu iş, okul veya evdeki sorumlulukların yerine getirilememesi
- ▶ Madde kullanımını sonucu aile veya arkadaş çevresiyle yapılan etkinliklerin azalması veya bunlardan vazgeçilmesi sonucu ilişkilerin zayıflaması
- ▶ Madde kullanımının ve bağımlılığının sosyal, psikolojik ve fiziksel sorunlara neden olduğu bilinmesine rağmen madde kullanmaya devam edilmesi
- ▶ Maddeye karşı bedensel toleransın artması
- ▶ Madde için uzun süreli ağır kullanımının sürdürülmesi sonucu kişide kan veya deri konsantrasyonlarının azalması ve çekilme sendromunun ortaya çıkması

## UYUŞTURUCU KULLANIMININ KISA VE UZUN DÖNEM ETKİLERİ

Uyuşturucu kullanımının, kişinin fiziksel ve psikolojik sağlığı ile sosyal yaşamı üzerinde ciddi etkileri vardır. Uyuşturucu kullanımının vücuttaki etkilerinden bazıları yıllarca, bazıları da ömür boyu sürülebilmektedir. Vücut üzerindeki etkisi hafif semptomlardan ciddi sağlık problemlerine kadar değişebilmektedir. Vücuttaki her sistem ve organ uyuşturucu bağımlılığından etkilenir.



Uyuşturucu kullanımının olası kısa dönem fiziksel, psikolojik ve sosyal etkileri

- ▶ Uykü bozuklukları
- ▶ İşah azalması
- ▶ Kan basıncında artış
- ▶ Düzensiz kalp atışı
- ▶ Yüksek ateş
- ▶ Bulantı ve kusma
- ▶ Hızlı ve yavaş hareketlilik halini
- ▶ Bağımsızlık sistemlerinde zayıflama
- ▶ Öz güven eksikliği
- ▶ Dikkat eksikliği
- ▶ İş yaşamında performans düşüklüğü
- ▶ Okula ilginin azalması ve akademik başarıda düşüş
- ▶ Derge problemleri
- ▶ Uyuşturucu kullanımının olası uzun dönem fizyolojik etkileri
- ▶ Kalp yetmezliği de dahil olmak üzere uzun süreli kalp hastalıkları
- ▶ Amfitezin, akciğer kanseri ve kronik bronşit gibi solunum sistemini hastalıkları
- ▶ Böbrek yetmezliği dahil olmak üzere uzun süreli böbrek hasarı
- ▶ Karaciğer hasarı veya yetmezliği
- ▶ Kronik ağrı, refü ve kabızlık gibi sindirim sistemini hastalıkları
- ▶ HIV/AIDS gibi enfeksiyon hastalıkları



## Danışma Hattı

ALLO 191

Uyuşturucu İle Mücadele  
Danışma ve Değer Bakır

## Ayırırma Merkezleri

AMATEK

Alkol ve Madde Bağımlılığı  
Tedavi ve Eğitim Merkezi

Çocuk ve Erişkin Madde Bağımlılığı  
Tedavi Merkezi



Daha fazla  
bilgi için  
QR kodu  
okutunuz



**T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI**  
SAĞLIĞIN GELİŞTİRİLMESİ  
GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

Uyuşturucu kullanımının olası uzun dönem  
psikolojik ve bilişsel etkileri

Hafıza problemleri

Dikkat eksikliği ve öğrenme güçlüğü

Depresyon ve anksiyete bozukluğu gibi  
duygudurum bozuklukları

Paranoid kişilik bozukluğu

Merkezi sinir sistemi tahribatı

Kişide halihazırda bulunan psikolojik  
bozuklukların şiddetinin artması

Beynin hücrelerinin ölümü

Uyuşturucu kullanımının olası uzun dönem  
sosyal etkileri

Aile ilişkilerinin zayıflaması

Akademik başarısızlık

Okulda ve işte disiplin problemleri

Sosyal dışlanma

İş kaybı

Duygusal uzaklaşma

Akademik başarısızlığın değişmesi

Finansal problemler

Suçta meyyilin artması



## İSTATİSTİKLERLE UYUŞTURUCU BAĞIMLILIĞI

Türkiye'de 15-64 yaş arası nüfusla  
bağımlılık yapıcı herhangi bir maddenin  
en az bir kere deneme oranı %5,1'dir.

TTBBM Türkiye'de Genel Nüfusa Tutarlı Alkol ve  
Madde Kullanımına Yönelik Tutarlı ve Davranış  
Araştırması Raporu 2018

Ülkemizde hayranca  
en az bir kere madde kullanım oranı  
erkeklerde % 9,4 kadınlar arasında %6'dır.

TTBBM Türkiye'de Genel Nüfusa Tutarlı Alkol ve  
Madde Kullanımına Yönelik Tutarlı ve Davranış  
Araştırması Raporu 2018

Avrupa'da  
15-64 yaş arası nüfusta  
bağımlılık yapıcı herhangi bir maddenin  
en az bir kere deneme oranı %29'dur.  
(Avrupa Uyuşturucu Raporu 2019)

2017 yılında ülkemizde  
madde kullanımına bağlı olarak  
**941 kişi hayatını kaybetmiştir.**  
(Türkiye Uyuşturucu Raporu 2018)

2017 yılında ülkemizde  
madde bağımlılığıyla mücadele için  
yapılan kamu harcaması  
**956 milyon TL olmuştur.**  
(Türkiye Uyuşturucu Raporu 2018)



**UYUŞTURUCU  
BAĞIMLILIĞINA**

**“HAYIR”  
DEĞİL**





# SİGARA İÇİLMEZ

**Burada tütün ürünleri tüketilmesi yasaktır.  
Tüketenlere ve tüketilmesine göz yuman sorumlulara  
4207 sayılı Kanun uyarınca idari para cezası uygulanır.**

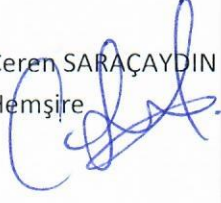
**Şikayet için:**

## BROŞÜR TEKNİK ŞARTNAMESİ

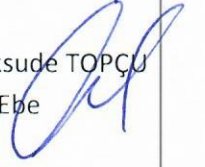
- 1.A 4 boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı.
- 2.Çift taraflı olmalı
- 3.2.Sınıf basım olmalı
- 4.Renk şekil ve içerik Ek'deki örneklerdeki gibi olmalı
- 5.Her bir broşürden istek formunda belirtilen adet olmalı
- 6.Basım başlamadan önce 1 adet örnek Müdürlüğe getirerek onay alınmalı

Bu şartname 31.10.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Ceren SARAÇAYDIN  
Hemşire



Maksude TOPÇU  
Ebe



Uzm. Dr. Umur TAŞCIOĞLU

Doktor

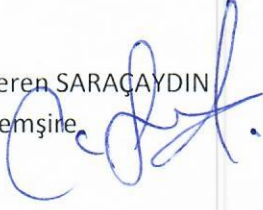


## AFİŞ TEKNİK ŞARTNAMESİ

- 1.Kuşe kağıda renkli basılı olmalı.
- 2.50x70 cm edatında olmalı
- 3.1.Sınıf basım olmalı
- 4.Renk şekil ve içerik EK'deki örneklerdeki gibi olmalı
- 5.Her bir afişten İTK belirtilen adet olmalı
- 6.Basım başlamadan önce 1 adet örnek Müdürlüğe getirerek onay alınmalı

Bu şartname 05.10.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Ceren SARAÇAYDIN  
Hemşire

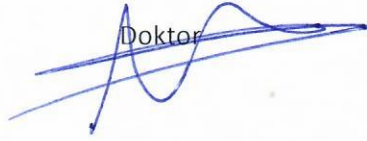


Maksude TOPÇU  
Ebe



Uzm. Dr. Umur TAŞCIOĞLU

Doktor



## 6-8 AYLIK BEBEK BESLENMES

### İ, 9-11 AYLIK BEBEK BESLENMESİ VE 12-24 AY BEBEK BESLENMESİ BROŞÜR TEKNİK ŞARTNAMESİ (148X210MM)

- 1) Broşürler A5 (148x210 mm) boyutunda olacaktır.
- 2) 150 gr parlak kuşe kâğıda renkli arkalı önlü basılacaktır.
- 3) Broşürler 500'er adet olacak şekilde paket yapıp teslim edilecektir.
- 4) Tasarımlar Sağlık Bakanlığı kurumsal kimlik kılavuzuna uygun yapılacaktır.
- 5) Tasarımlar kurumun isteyeceği görsel ve sloganlara göre yapılacaktır.
- 6) Tasarımlar kurum tarafından örnek ürün üzerinden onaylandıktan sonra ürün baskısı ve imalatı yapılacaktır.

Bu şartname 31.10.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Maksude TOPÇU

Ebe

Ceren SARAÇAYDIN

Hemşire

Uzm. Dr. Umur TAŞCIOĞLU

Doktor



## SÜTÜNÜZÜ NASIL SAĞMALISINIZ? BROŞÜR TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. Ekteki örnek boyutunda (210\*594 mm boyutunda- 2 A4 uzunluğunda)kuşe kağıda basılı olmalı.
- 2.Çift taraflı olmalı
- 3.1.Sınıf basım olmalı
- 4.Renk şekil ve içerik ek'deki örneklerdeki gibi olmalı
- 5.Her bir broşürden 1000 adet olmalı
- 6.ilk sayfadaki "Ankara İl Sağlık Müdürlüğü Ankara Şehir Hastanesi" yazısı çıkartılıp yerine AĞRI İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ HALK SAĞLIĞI HİZMETLERİ BAŞKANLIĞI olacak ve kasım 2020 ibaresi çıkartılacak şekilde düzenlenecek.
- 7.Son sayfadaki hazırlayan bölümden itibaren sonraki tüm yazılar çıkartılıp yerine AĞRI İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ HALK SAĞLIĞI HİZMETLERİ BAŞKANLIĞI eklenecektir.
- 6.Basım başlamadan önce 1 adet örnek Müdürlüğe getirerek onay alınmalı

Bu şartname 31.10.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Maksude TOPÇU

Ebe

Ceren SARAÇAYDIN

Hemşire

Uzm. Dr. Umur TAŞCIOĞLU

Doktor

## Anne Sütü Ve Emzirme Eğitimi Kitapçık Teknik Şartnamesi

1. A5 Boyutunda kağıda basılı olmalı.
2. Çift taraflı olmalı.
3. 2. Sınıf basım olmalı.
4. Kitapçık şeklinde ortadan çift zımbalı olacak.
5. Renk şekil ve içerik ek'teki örneklerdeki gibi olmalı.
6. 1000 adet olmalı
7. İlk sayfadaki "Ankara İl Sağlık Müdürlüğü Ankara Şehir Hastanesi" yazısı çıkartılıp yerine AĞRI İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ HALK SAĞLIĞI HİZMETLERİ BAŞKANLIĞI olacak ve kasım 2020 ibaresi çıkartılacak şekilde düzenlenecek.
8. 15. sayfadaki son paragraf çıkarılacak.
9. Son sayfadaki yazılar çıkartılıp yerine AĞRI İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ HALK SAĞLIĞI HİZMETLERİ BAŞKANLIĞI eklenecektir.
10. Basım başlamadan önce 1 adet örnek Müdürlüğe getirilerek onay alınmalı.

Bu şartname 31.10.2023 tarihinde tek nüsha olarak hazırlanmıştır.

Maksude TOPÇU

Ebe

Ceren SARAÇAYDIN

Hemşire

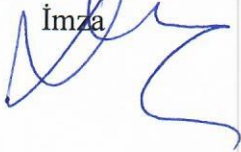
Uzm. Dr. Umur TAŞCIOĞLU

Doktor

## AŐI BROŐURÜ TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. A4 boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı.
- 2.Çift taraflı olmalı.
3. 1. sınıf basım olmalı.
- 4.Renk Şekil ve içerik ekteki örneklerdeki gibi olmalı.
- 5.Basım başlamadan önce 1 adet rnek İl Sağlık Müdürlüğü' ne getirilerek onay alınmalı.
- 6.Toplam 5000 adet olmalıdır.

**ÜYE**  
Uzm. Dr. Demet KARAGÖZ  
Bulaşıcı Hastalıklar Birim Sorumlusu  
İmza



**ÜYE**  
Ömer KAYA  
Hemşire  
İmza



**ÜYE**  
Derya BUDAK  
Ebe  
İmza



## KUDUZ AŐI KARTI TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. BRİSTOL KARTON KAĞIDA BASKILI OLMALI
2. ENİ 17.7 CM , BOYU 13.8 CM OLMALIDIR
3. 1. SINIF BASIM OLMALI
4. ÇİFT TARAFLI OLMALI
5. RENK, ŞEKİL VE İÇERİK OLARAK EKTEKİ ÖRNEKTEKİ GİBİ OLMALI
6. BASIM BAŞLAMADAN ÖNCE BİR ADET ÖRNEK İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜNE GETİRİLEREK ONAY ALINMALIDIR.
7. TOPLAM 5000 ADET OLMALIDIR.

ÜYE

Uzm. Dr. Demet KARAGÖZ  
Bulaşıcı Hastalıklar Birim Sorumlusu  
İmza

ÜYE

Ömer KAYA  
Hemşire  
İmza

ÜYE

Derya BUDAK  
Ebe  
İmza



## AŐI AFİŐI TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. 70 cm X 50 cm boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı
2. Tek taraflı olmalı
3. 1.sınıf basım olmalı
4. Renk, Şekil ve içerik olarak ekteki örnekteki gibi olmalı
5. Basım başlamadan önce 1 adet rnek İl Sağlık Müdürlüğü' ne getirilerek onay alınmalı.
6. 300 adet olmalı

**ÜYE**

Uzm. Dr. Demet KARAGÖZ  
Bulaşıcı Hastalıklar Birim Sorumlusu  
İmza

**ÜYE**

Ömer KAYA  
Hemşire  
İmza

**ÜYE**

Derya BUDAK  
Ebe  
İmza

## KKKA AFİŞ TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. 70 cm X 50 cm boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı
2. Tek taraflı olmalı
3. 1.sınıf basım olmalı
4. Renk, şekil ve içerik olarak ekteki örnekteki gibi olmalı
5. Basım başlamadan önce 1 adet örnek İl Sağlık Müdürlüğü' ne getirilerek onay alınmalı.
6. 300 adet olmalı

ÜYE

Uzm. Dr. Demet KARAGÖZ  
Bulaşıcı Hastalıklar Birim Sorumlusu  
İmza

ÜYE

Mehtap ÖZTÜRK AKDENİZ  
Sağlık Memuru  
İmza

ÜYE

Meryem GÖNÜL  
Hemşire  
İmza

## HIV BROŞÜRÜ TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. A4 boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı.
- 2.Çift taraflı olmalı.
3. 1. sınıf basım olmalı.
- 4.Renk şekil ve içerik ekteki örneklerdeki gibi olmalı.
- 5.Basım başlamadan önce 1 adet örnek İl Sağlık Müdürlüğü' ne getirilerek onay alınmalı.
- 6.Toplam 1000 adet olmalıdır.

ÜYE

Uzm. Dr/ Demet KARAGÖZ  
Bulaşıcı Hastalıklar Birim Sorumlusu

İmza

ÜYE

Mehtap ÖZTÜRK AKDENİZ  
Sağlık Memuru

İmza

ÜYE

Meryem GÖNÜL  
Hemşire

İmza

## KKKA BROŞÜRÜ TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. A4 boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı.
- 2.Çift taraflı olmalı.
3. 1. sınıf basım olmalı.
- 4.Renk şekil ve içerik ekteki örneklerdeki gibi olmalı.
- 5.Basım başlamadan önce 1 adet örnek İl Sağlık Müdürlüğü' ne getirilerek onay alınmalı.
- 6.Toplam 2000 adet olmalıdır.

**ÜYE**  
Uzm. Dr. Demet KARAGÖZ  
Bulaşıcı Hastalıklar Birim Sorumlusu  
İmza

**ÜYE**  
Mehtap ÖZTÜRK AKDENİZ  
Sağlık Memuru  
İmza

**ÜYE**  
Meryem GÖNÜL  
Hemşire  
İmza



## TÜBERKÜLOZ BROŞÜRÜ TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. A4 boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı.
- 2.Çift taraflı olmalı.
3. 1. sınıf basım olmalı.
- 4.Renk şekil ve içerik ekteki örneklerdeki gibi olmalı.
- 5.Basım başlamadan önce 1 adet örnek İl Sağlık Müdürlüğü' ne getirilerek onay alınmalı.
- 6.Toplam 500 adet olmalıdır.

**ÜYE**  
Uzm. Dr. Demet KARAGÖZ  
Bulaşıcı Hastalıklar Birim Sorumlusu  
İmza

**ÜYE**  
Mehtap ÖZTÜRK AKDENİZ  
Sağlık Memuru  
İmza

**ÜYE**  
Meryem GÖNÜL  
Hemşire  
İmza

## TULAREMİ BROŞÜRÜ TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. A4 boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı.
- 2.Çift taraflı olmalı.
3. 1. sınıf basım olmalı.
- 4.Renk şekil ve içerik ekteki örneklerdeki gibi olmalı.
- 5.Basım başlamadan önce 1 adet örnek İl Sağlık Müdürlüğü' ne getirilerek onay alınmalı.
- 6.Toplam 500 adet olmalıdır.

**ÜYE**  
Uzm. Dr. Demet KARAGÖZ  
Bulaşıcı Hastalıklar Birim Sorumlusu  
İmza

**ÜYE**  
Mehtap ÖZTÜRK AKDENİZ  
Sağlık Memuru  
İmza

**ÜYE**  
Meryem GÖNÜL  
Hemşire  
İmza

## UYUZ BROŞÜRÜ TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. A4 boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı.
- 2.Çift taraflı olmalı.
3. 1. sınıf basım olmalı.
- 4.Renk şekil ve içerik ekteki örneklerdeki gibi olmalı.
- 5.Basım başlamadan önce 1 adet örnek İl Sağlık Müdürlüğü' ne getirilerek onay alınmalı.
- 6.Toplam 2000 adet olmalıdır.

**ÜYE**  
Uzm. Dr. Demet KARAGÖZ  
Bulaşıcı Hastalıklar Birim Sorumlusu  
İmza

**ÜYE**  
Mehtap ÖZTÜRK AKDENİZ  
Sağlık Memuru  
İmza

**ÜYE**  
Meryem GÖNÜL  
Hemşire  
İmza

## VİRAL HEPATİTLER BROŞÜRÜ TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. A4 boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı.
- 2.Çift taraflı olmalı.
3. 1. sınıf basım olmalı.
- 4.Renk şekil ve içerik ekteki örneklerdeki gibi olmalı.
- 5.Basım başlamadan önce 1 adet örnek İl Sağlık Müdürlüğü' ne getirilerek onay alınmalı.
- 6.Toplam 1000 adet olmalıdır.

**ÜYE**  
Uzm. Dr. Demet KARAGÖZ  
Bulaşıcı Hastalıklar Birim Sorumlusu  
İmza

**ÜYE**  
Mehtap ÖZTÜRK AKDENİZ  
Sağlık Memuru  
İmza

**ÜYE**  
Meryem GÖNÜL  
Hemşire  
İmza

## KİST HİDATİK/BRUSELLOZ/ŞARBON BROŞÜRÜ TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. A4 boyutunda kuşe kağıda basılı olmalı.
- 2.Çift taraflı olmalı.
3. 1. sınıf basım olmalı.
- 4.Renk şekil ve içerik ekteki örneklerdeki gibi olmalı.
- 5.Basım başlamadan önce 1 adet örnek İl Sağlık Müdürlüğü' ne getirilerek onay alınmalı.
- 6.Toplam 3000 adet olmalıdır.

**ÜYE**

Uzm. Dr. Demet KARAGÖZ  
Bulaşıcı Hastalıklar Birim Sorumlusu  
İmza

**ÜYE**

Mehtap ÖZTÜRK AKDENİZ  
Sağlık Memuru  
İmza

**ÜYE**

Meryem GÖNÜL  
Hemşire  
İmza

## AFİŞ TEKNİK ŞARTNAMESİ

1. Her iki afişte bulunan Sağlık Bakanlığı eski logosu yerine yeni onaylanan (örnekteki gibi) Sağlık Bakanlığı logosu olması gereken standart ölçülerde basılacak.



2. Kuşe Kağıdı renkli basılı olmalı, Sağlık Bakanlığı Logosunun altında **Ağrı İl Sağlık Müdürlüğü** yazmalıdır.

3. Karbonmonoksit Zehirlenmelerine yönelik basılacak olan her bir afişler **1.Sınıf basım ve 50x70 cm** ebatında olmalı, renk şekil ve içerik ile ilgili örnek Başkanlığımızdan temin edilecektir.

4. İlçelere dağıtılmak üzere toplamda **250 adet** afiş basımı gerekmektedir. (iki afişin toplamıdır. 125+125 olmalıdır.)

5. Teknik şartnameye uygun olarak basılan afişler **20.11.2023 tarihine kadar Başkanlığımıza teslim edilmesi gerekmektedir.**

6. **Afişler Üstyazımızın ekinde belirtilmiştir.**

7. Basım başlamadan önce 1 adet örnek Başkanlığımıza getirilerek onay alınmalı ve sonra basım gerçekleştirilmelidir.

8. Teknik şartnameye uygun olmayan malzeme teslim alınmayacaktır.

**BAŞKAN**

Uzm. Dr. Ömer ÖZER  
Çev. Sağ. Birim Sorumlusu

**ÜYE**

Süleyman YEĞİN  
Çev. Sağ. Tek.

**ÜYE**

Mehmet GÜNEŞ  
Çev. Sağ. Tek.

## BROŞÜR TEKNİK ŞARTNAMESİ

1.Çift taraflı olmalıdır.

2.Birinci sınıf basım olmalıdır.

3.Renk ve şekil içerik ekte belirtildiği gibi olmalı fakat T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu

Yerine



logosu ve alt kısmına Ağrı İl Sağlık Müdürlüğü amblemi olacaktır.

4.Broşürümüz **250 adet** olmalıdır.

5.Basım başlamadan önce örneğini Başkanlığımıza getirilerek onay alınmalıdır.

6.Basım broşürleri en geç **20.11.2023 tarihine kadar** Başkanlığımıza teslim edilmesi gerekmektedir.

7. Teknik şartnameye uygun olmayan malzeme teslim alınmayacaktır.

**BAŞKAN**

Uzm. Dr. Ömer ÖZER

Çev. Sağ. Birim Sorumlusu

**ÜYE**

Süleyman YEĞİN

Çev. Sağ. Tek.

**ÜYE**

Mehmet GÜNEŞ

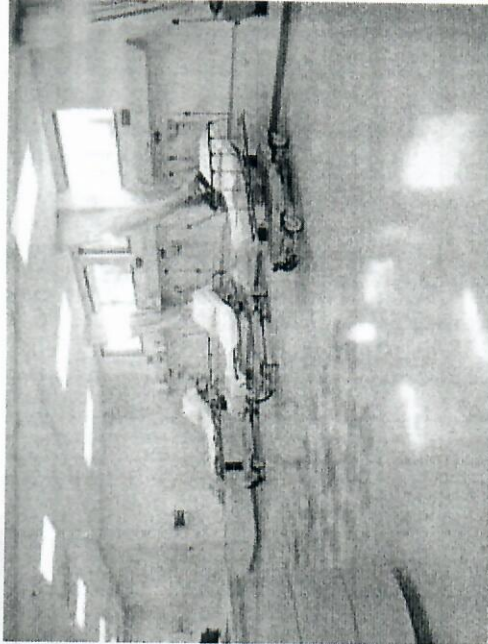
Çev. Sağ. Tek.

## 6. Karbonmonoksit Zehirlenmesi Nasıl Teşhis Edilir?

Karbonmonoksit zehirlenmesi ölümlü de sonuçlanabilen çok ciddi bir zehirlenme olduğundan, karbonmonoksit gazının oluşma ihtimali olan yerlerde bulunan kişilerde yukarıda verilen belirtilerin görülmesi hâlinde en yakın sağlık kuruluşuna başvurulmalıdır.

Sağlık kuruluşunda olayın nasıl olduğu ve zehirlenen kişinin uğraş alanı gibi bilgiler eksiksiz olarak verilmelidir.

Alınan bu bilgiler ışığında gerekli laboratuvar testleri de yapılarak kişinin zehirlenip zehirlenmediğine karar verilmektedir.



## 7. Karbonmonoksit Zehirlenmeleri Başka Hastalıklarla Karıştırılabilir mi?

Karbonmonoksit zehirlenmesinin, bazı sinir sistemi hastalıkları, kalp krizi ve kalp ritim bozuklukları, ilaç ve alkol zehirlenmeleri, depresyon gibi ruhsal problemler ve gıda zehirlenmeleri yanında, karın ve kafa travmaları ile de karıştırılabileceği unutulmamalıdır.

## 8. Karbonmonoksit Zehirlenmesinin Tedavisi Var mıdır?

Zehirlenmeler konusunda 114 numaralı Ulusal Zehir Danışma Merkezinden bilgi alınabilir.



Zehirlendiği düşünülen kişi hemen temiz havalı bir ortama alınmalı ve derhal bir sağlık kuruluşuna ulaştırılmaktadır. Zehirlenme belirti-

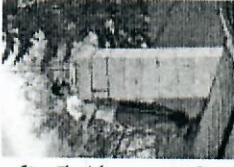
lerine göre burada gerekli müdahalelerin yapılacağı ve tedavilerin uygulanacağı bilinmelidir.

## 9. Karbonmonoksit Zehirlenmesinden Korunma Nasıldır?

Karbonmonoksit zehirlenmeleri esasen basit birtakım önlemlerin alınmasıyla önlenebilen zehirlenmelerdir.

Be sebeple, aşağıda belirtilen hususlara özellikle uyulmalıdır.

- ✓ Evlerimizdeki ısıtma sistemlerinin ve bacaların her yıl bakımları mutlaka uzman kişilere düzenli olarak yaptırılmalıdır.
- ✓ Ev içi ve garaj gibi kapalı alanlarda, bacasız ısıtma araçları kesinlikle kullanılmamalıdır.
- ✓ Banyo içinde şofben kullanılmamalıdır.
- ✓ Kapalı garajlarda arabalar çalışır durumda bırakılmamalıdır.



Ulusal zehir danışma merkezi (UZEM)  
Mithatpaşa cad. no:3 E Blok 1. Kat  
Sıhhiye/ANKARA

Tel: 190 312 585 13 87

Belge Doğrulama Kodu: 9b93a652-8660-4809-a662-9564b433960f6d

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.



TC Sağlık Bakanlığı  
Acil Sağlık Hizmetleri  
Genel Müdürlüğü

Afet ve Acil Durum Yönetimi Daire Başkanlığı  
Ulusal Zehir Danışma Merkezi  
(UZEM)

# KARBONMONOKSİT ZEHİRLENMESİ





## 1. Karbonmonoksit Nedir?



Karbonmonoksit kömür, petrol, doğalgaz ve odun gibi yapısında "karbon" bulunan yakıtların tam olarak yanmaması sonucu oluşan ve bu yakıtların yanması sonucu oluşan dumanda yer alan bir gazdır.

## 2. Karbonmonoksit Zehirlenmesi Nasıl Oluşur?

Yukarıda belirtilen yakıtların kullanıldığı yerlerdeki baca sistemlerinin iyi çekmemesi, yangınlar ve araçların kapalı garajlarda çalıştırılması gibi durumlarda, rüzgârlı ve fırtınalı havalarda karbonmonoksit birikimi olabilmektedir. Böyle yerlerde uzun süre kalan kişiler de bu gazı soluduğundan zehirlenmeler ortaya **çıkabilmektedir.**



## 3. Karbonmonoksit Zehirlenmesinde Kimler Risk Altındadır?

- ✓ Trafik polisleri,
- ✓ İtfaiye çalışanları,
- ✓ Kapalı garajlarda çalışanlar,
- ✓ Çelik endüstrisi çalışanları,
- ✓ Boya temizleme işlerinde faaliyet gösterenler,
- ✓ Kalorifer kazanı dairesinde çalışanlar ile
- ✓ Otomobil tamircileri meslek olarak risk altındaki kişilerdir.

Ayrıca, karbonmonoksit zehirlenmeleri çocuklar, yaşlılar, kalp hastaları, akciğer hastaları ve anemik hastalar ile gebe kadınlarda daha çok risk teşkil etmektedir.

## 4. Karbonmonoksit Gazı İnsanları Nasıl Zehirler?

Karbonmonoksit, solunduktan sonra akciğerler vasıtasıyla kana geçer. Kanın, dokulara oksijen taşıyan kısmı olan "hemoglobin" isimli molekülü ile birleşerek "karboksihemoglobin" olarak ifade edilen bir bileşik oluşmaktadır.

Bundan sonra kan artık hücrelere oksijen taşıyamaz ve zehirlenme belirtileri ortaya çıkar.

## 5. Karbonmonoksit Zehirlenmesinin Belirtileri Nelerdir?

Akut zehirlenmelerde:

- ✓ Şiddetli baş ağrısı,
- ✓ Güçsüzlük ve halsizlik,
- ✓ Baş dönmesi,
- ✓ Görmede kayıp,
- ✓ Unutkanlık,
- ✓ Bulantı ve kusma,
- ✓ Göğüs ağrısı,
- ✓ Bayılma,
- ✓ Dikkat bozukluğu,
- ✓ Vücutta uyuşmalar.

Kronik Zehirlenmelerde:

- ✓ Şiddetli baş ağrısı,
- ✓ Bulantı ve kusma,
- ✓ Karn ağrısı,
- ✓ Halsizlik ve sersemlik hissi,
- ✓ Uyuşmalar,
- ✓ Göz kararması,
- ✓ Unutkanlık,
- ✓ Huzursuzluk,
- ✓ Denge bozukluğu.







TC Sağlık Bakanlığı  
Halk Sağlığı Genel  
Müdürlüğü



**son uykusu  
olmasın!**

**Lodoslu havalarda  
ısıtıcılarınızı yakmayın!**