



24.3.2020

Olet käynyt koronavirusepäilyn vuoksi näytteenotossa. Mikäli näyte on positiivinen Sinut määrätään kotikaranteeniin tartuntojen estämiseksi.

Näytevastausta odottaessasi noudata näitä ohjeita!!!

Jos koronavirukseen sairastunut määrätään kotikaranteeniin, myös muut samassa taloudessa asuvat ovat karanteenissa, koska he ovat altistuneita.

Jos samassa taloudessa on vain koronavirukselle altistunut henkilö, hän on karanteenissa, mutta muu perhe voi elää normaalia elämää. He eivät ole karanteenissa, koska he eivät ole olleet lähikontaktissa koronavirukseen sairastuneeseen. **Tilanne muuttuu, jos altistunut sairastuu.**

Kotikaranteenissa oleva

- Saa ulkoilla, mutta ei saa mennä esim. töihin, kauppaan eli lähikontaktit kodin ulkopuolella on kielletty.
- Terveydenhuoltohenkilöstö seuraa karanteenissa olevan **sairastuneen henkilön** vointia päivittäin (erikseen sovitulla toimintatavalla esim. puhelimitse).
- Tarvittaessa apua ruokahuoltoon tai esim. lastenhoitojärjestelyihin, ollaan yhteydessä oman kunnan sosiaalitoimen palvelunumeroon virka-aikana. Numeron saa kunnan www-sivuilta tai puhelinvaihteesta.
Hätätapauksissa ja virka-ajan ulkopuolella voi soittaa sosiaalipäivystykseen:
Tornio 0400 297 208
Kemi 0400 291 141
Keminmaa 0400 294 337
Tervola 0400 298 940
Ylitornio 0400 299 481
Simo 08 5875 6888
- Karanteenissa oleva toteuttaa hyvää käsihygieniaa ja oikeaa yskimistekniikkaa.

Hygieniaohteet hengitystieinfektio tartuntojen ehkäisystä

Hengitystieinfektiot tarttuvat

- yskiessä ja aivastaessa
- hengitystie-eritteillä tahrautuneiden käsien välityksellä

Pysäytä mikrobin leviäminen

- suojaa suusi ja nenäsi kertakäyttönenäliinalla, kun yskit tai aivastat
- jos sinulla ei ole nenäliinaa, yski tai aivasta puserosi hihan yläosaan, älä käsiisi
- laita käytetty nenäliina välittömästi roskeen ja pese tai desinfioi kätesi
- hakeutuessasi tutkimuksiin terveydenhuollon yksikköön sinulle saatetaan laittaa paperinen suu-nenäsuojus suojaamaan henkilökuntaa ja muita potilaita, jos yskit ja aivastelet

Puhdista kätesi heti yskimisen, aivastamisen ja niistämisen jälkeen

- pese kädet vedellä ja saippualla TAI
- puhdista kädet desinfioivalla käsihuuhteella

Lisätietoa: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL) www.thl.fi

