

Infektioiden torjuntayksikkö

02.12.2020

Koronavirus COVID-19 - tietoa koronapotilaalle ja altistuneelle

1. Yleistä tietoa

Koronavirus (Covid-19) taudin tavallisimpia oireita ovat kurkkukipu, nuha, yskä, kuume, lihaskivut, vatsavaivat tai maku- tai hajuaistin katoaminen. Osalla tartunnan saaneista tauti on lähes oireeton.

COVID-19 tarttuu lähikontaktissa ihmisestä toiseen pisaratartuntana. Koronaa sairastava voi puhuessaan ja yskiessään lennättää pieniä pisaroita lähellä olevan ihmisen kasvoille. Pisarat voivat siirtyä toiseen ihmiseen myös käsien välityksellä esimerkiksi kätellessä.

Tartuntatautilääkäri voi asettaa sinut **karanteeniin**, jos olet altistunut koronavirukselle eli ollut lähikontaktissa koronaan sairastuneen kanssa.

Jos sinulla on testillä todettu koronavirustartunta, tartuntatautilääkäri asettaa sinut **eristykseen**.

Tartuntatautiviranomaisen asettama karanteeni tai eristys eivät ole suosituksia, vaan ne ovat määräyksiä. Suomen lain mukaan karanteenin tai eristyksen rikkomisesta voi saada rangaistukseksi sakkoa tai vankeutta. Muut toimijat, esim. työnantaja, eivät voi muuttaa eristyksen ja karanteenin kestoa.

Karanteenilla ja eristämällä ehkäistään taudin leviämistä muihin ihmisiin.

Eristyksen ja karanteenin ajalta on tietyissä tapauksissa mahdollista saada tartuntatautipäivärahaa. Lisätietoja saat työnantajaltasi ja Kelalta.

2. Positiivinen testitulos

Jos sinulta otettu COVID-19 -näyte on positiivinen, sinulla on koronavirus COVID-19 -tartunta.

Saat tiedon eristämisestä ensin puhelimitse ja sinulle toimitetaan myöhemmin kirjallinen eristyspäätös. Eristys kestää vähintään 7 vrk oireiden alusta. Tähän aikaan pitää sisältyä kaksi oireetonta päivää. Jos oireesi kestävät pidempään, kotikuntasi tartuntatautilääkäri jatkaa eristystä. Ulkomaalaiset ottavat yhteyttä tässä asiassa PPSHP:n koronahoitajaan +358 46920 3665 (klo 8-20).

Eistäminen tapahtuu yleensä kotona. Sairaalahoitoa tarvitsevat eristetään sairaalassa.

Kun tartunnanjäljittäjä soittaa sinulle, kerro hänelle kaikki lähikontaktit jo 48 tunnin ajalta ennen oireiden alkua ja siitä eteenpäin. Lähikontakti on alle 2 m päässä toisistaan, yli 15 min kestoinen kertakontakti tai pidempiaikainen oleskelu samassa ryhmässä, esim. työtoverit samassa tilassa saman työvuoron aikana.

Tartunnanjäljittäjä soittaa näille henkilöille ja asettaa heidät viralliseen karanteeniin. Sairastuneen oma ilmoitus muille ihmisille ei ole laillinen karanteeni.

Eristyksen päätyttyä voit palata töihin/kouluun ja liikkua normaalisti. Uutta testiä ei oteta.



Infektioiden torjuntayksikkö

02.12.2020

Pcr-tekniikalla tehty testi voi pysyä sairastamisen jälkeen pitkään positiivisena, vaikka et ole enää tartuttava.

3. Koronavirukselle altistunut

- Koronavirus COVID-19 -tautiin sairastuneen henkilön kanssa lähikontaktissa olleet ja samassa taloudessa asuvat ovat tietämättään saattaneet saada tartunnan, eli he ovat altistuneet koronavirukselle.
- Saat tiedon karanteenista puhelimitse ja myöhemmin kirjallisen karanteenipäätöksen.
- Altistuskaranteeni kestää 10 vrk viimeisestä mahdollisesta lähikontaktista COVID-19-positiiviseen.
- Jos asut COVID-19-positiivisen kanssa samassa taloudessa, karanteenin kesto on vähintään 14 vrk. Tämä johtuu siitä, että lähikontaktisi sairastuneeseen jatkuu.
- Karanteeniaika on taudin itämisaika eli aika, jonka kuluessa oireet yleensä alkavat tartunnan jälkeen. Seuraa, tuleeko sinulle oireita.
- Jos olet karanteenin päättyessä oireeton, saat palata töihin/kouluun ja liikkua vapaasti julkisilla paikoilla eikä sinun tarvitse käydä testissä.
- Jos sairastut altistuskaranteenisi aikana, mene heti testiin ja odota vastausta kotona.
- Altistuskaranteenia ei voi lyhentää negatiivisella testituloksella!

4. Toimi näin, kun saat ohjeen pysyä eristyksessä/karanteenissa:

- Pysy kotona.
- Voit tavata ainoastaan samassa asunnossa asuvia perheenjäseniä.
- Jos samassa taloudessa asuu tartunnan saaneita henkilöitä, vältä tarpeetonta lähikontaktia heihin.
- Et saa kutsua ketään kotiisi tai mennä vierailulle.
- Et saa mennä töihin, kouluun tai harrastuksiin.
- Et saa mennä kauppaan, apteekkiin, kauppakeskukseen, uimahalliin, elokuviin, ravintolaan tai muihin julkisiin tiloihin.
- Et saa käyttää julkisia kulkuneuvoja kuten junaa, linja-autoa tai taksia.
- Voit ulkoilla, mutta muista ihmisistä täytyy pysyä yli 2 metrin etäisyydellä.
- Pyydä, että joku hoitaa puolestasi ruokaostokset tai tilaa ruoka kotiisi verkkokaupasta tai puhelimitse. Huolehdi siitä, ettet ole lähikontaktissa ruuan toimittajaan, kun maksat ja vastaanotat ruokalähetysten.
- Jos sairastat koronaa ja sinut on määrätty eristykseen, sinun täytyy olla jatkuvasti tavoitettavissa. Huolehdi siitä, että puhelimesi on virtaa ja vastaa myös tuntemattomaan numeroon.
- **Jos voitisi huononee, kysy jatko-ohjeita kotikuntasi neuvontanumerosta, Oulun seudun yhteispäivystyksen ympärivuorokautisesti palvelevasta neuvontanumerosta (call center) +358 8315 2655 tai soita tarvittaessa ambulanssi (112 hätänumero), jos oireesi ovat vakavia.** Vakavia oireita ovat esimerkiksi lisääntyvä hengenahdistus, rintapistos, tajunnanmenetykset ja hyvin korkea kuume. **Kerro puhelun aikana koronatartunnastasi tai altistuksestasi.**



Infektioiden torjuntayksikkö

02.12.2020

5. Keinoja tartuntojen estämiseen

- Tapaa muita ihmisiä vain terveenä.
- Sairasta kotona ja käy testissä.
- Pidä turvaväli muihin ihmisiin.
- Käytä suu-nenäsuojusta (maski), kun muita ihmisiä on lähellä.
- Yski ja aivasta hihaan tai kertakäyttöiseen nenäliinaan.
- Pese kädet usein, erityisesti sen jälkeen, kun olet koskettanut suu-nenäsuojustasi, kasvojasi tai niistänyt nenäsi. Käytä käsihuhdetta, jos sitä on saatavilla esim. mennessäsi kauppaan tai muuhun paikkaan, jossa on muita ihmisiä. Alkoholikäsihuhde tuhoaa taudinaiheuttajat käsistä väliaikaisesti.

