

Ohje Hämeenlinnan alueelle muuntovirusten aiheuttaman koronatilanteen hankaloitumisen vuoksi 9.8.2021

Kotikaranteeniohje koronavirusinfektiolle altistuneelle

Koronavirusepidemian rajoittamiseksi taudille altistuneita henkilöitä asetetaan karanteeniin. Karanteenitoimenpiteillä pyritään katkaisemaan tartuntaketjuja ja hidastamaan epidemiaa Suomessa. Karanteenin kesto on nykyohjein 10 vrk altistuksen loppumisesta. Perhekaranteenin kesto on 10 vrk, mutta jos lisää perheenjäseniä sairastuu, karanteenia jatketaan pidempään.

Tartuntatautilain (1227/2016) mukaan kunnan tai sairaanhoitopiirin tartuntataudeista vastaava lääkäri voi määrätä karanteeniin henkilön, jonka on todettu tai perustellusti epäilty altistuneen yleisvaaralliselle tartuntataudille. Oireettomalla henkilöllä, joka tartuntataudin leviämisen estämiseksi on määrätty olemaan poissa ansiotyöstään, on oikeus tartuntatautipäivärahaan (Tartuntatautilaki 60 §). Sama oikeus on lapsen huoltajalla, jos alle 16-vuotias lapsi on edellä mainitusta syystä määrätty pidettäväksi kotona ja huoltaja tämän vuoksi on estynyt tekemästä työtään. Tartuntatautipäivärahaa haetaan Kelalta kunnan tartuntatautivastuulääkäriin allekirjoittamalla lausunnolla.

Ohjeita kotiin

Sinut on määrätty kotikaranteeniin. Et saa asioida kodin ulkopuolella eli et voi käydä esim. kaupassa tai ravintolassa hakemassa edes take away –ruokaa. Et voi myöskään asioida terveydenhuollon yksiköissä eli jos sinulla on varattuja aikoja, siirrä ne. Tämä koskee myös koronarokotuksia. Mikäli tarvitset välttämätöntä neuvoa tai hoitoa, soita Päivystysapu 116117. Hätätapauksessa soita 112.

Jos tarvitset apua ruokahuollossa tai tarvitset lisätietoa karanteenistasi, niin jätä oman terveysasemasi kautta soittopyyntö kaupungin jäljityksikölle. Ulkoilu yksin tai kanssasi samassa asunnossa asuvan kanssa on sallittua, mikäli asunnosta pystyy poistumaan ulos kohtaamatta muita. Kerrostaloissa tämä ei useinkaan ole mahdollista ja esim. hissien käyttö on ehdottomasti kiellettyä. Pakottavat syyt, esim. koiran ulkoilutus, sallitaan. Ulkoillessakaan ei saa tavata muita ihmisiä. Kotiin ei saa tulla vierailijoita karanteenin aikana kenellekään perheenjäsenelle. Hoida yhteydenotot sukulaisiin, ystäviin, työpaikalle, kouluun tai päiväkotiin puhelimitse.

Muu perhe

Paikallisen hankaloituneen koronaepidemiatilanteen vuoksi perheenjäsenten suositellaan nyt vahvasti jäävän omaehtoiseen karanteeniin eli etätyöhön/etäkouluun, jos se vain mitenkään on

mahdollista. Omaehtoisesta karanteenista tulee sopia esimiehen kanssa, sillä ansionmenetystä ei korvata kuten virallisen karanteenin aikana. Kaikissa ammateissa etätö ei ole mahdollista, jolloin työssä ollessa tulisi noudattaa erityistä tarkkuutta suojainten ja hygienian suhteen. Lisäksi suositellaan, että karanteenin aikana koko perheen kaikki vapaa-ajan harrastukset, tapaamiset ja ei-välttämättömät menot perutaan ja noudatetaan erityistä tarkkuutta välttämättömissä asioinneissa kuten ruokakaupassa käynti (maski, käsihygieniä, turvavälit ja nopea asiointi).

Karanteeniin asetettaville pyritään tekemään koronatesti karanteeniin aikana. Saat tästä erilliset ohjeet karanteeniin asetettaessa. Mikäli sinulle tulee karanteenin aikana infektion oireita, hakeudu koronavirustestiin uudelleen. Ota yhteyttä omaan terveyskeskukseen puhelimitse tai OmaOlon kautta (www.omaolo.fi). Erityisesti tässä tilanteessa samassa taloudessa asuvien henkilöiden tulisi jäädä kotiin kunnes vastaus on tiedossa.

Noudata karanteenin aikana hyvää käsi- ja

yskimishygieniaa

Käsihygieniä

- Pese käsiä usein, etenkin ennen ruokailua ja WC:ssä käynnin jälkeen.
- Pese kädet saippualla ja vedellä tai käytä käsidesinfektioainetta.
- Käytä talouspaperia käsien kuivaamiseen.

Yskimishygienia

- Älä yski päin toista henkilöä
- Yski, aivasta ja niistä aina tiiviisti kertakäyttöiseen nenäliinaan.
- Ellei sinulla ole nenäliinaa, yski tai aivasta puserosi hihan yläosaan, älä yski käsiin.
- Laita nenäliina heti jäteastiaan, älä laita nenäliinaa esim. taskuusi.
- Yskimisen jälkeen, pese heti kätesi vedellä ja saippualla tai käsidesinfektioaineella.