

22.01.2021

## KOTIKARANTEENIOHJE KORONAVIRUSINFEKTIOLLE ALTISTUNEELLE

Koronavirusepidemian rajoittamiseksi taudille altistuneita henkilöitä asetetaan karanteeniin. Karanteenitoimenpiteillä pyritään katkaisemaan tartuntaketjuja ja hidastamaan epidemiaa Suomessa.

**Karanteenin kesto on 14 vrk altistuksen loppumisesta.** Jos sairastunut on saman perheen jäsen ja altistus jatkuu, niin karanteenin kesto on pidempi.

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 saada tartuntatautipäivärahaa (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 tartuntatautivastuulääkärin allekirjoittamalla lausunnolla.

Kotoa ei voi poistua ilman terveystieteiden viranomaisen lupaa karanteenin aikana.

### Ohjeita kotiin

Sinut on määrätty kotikaranteeniin. Et saa asioida kodin ulkopuolella eli et voi käydä esim. kaupassa. Jos tarvitset apua ruokahuollossa, niin ole yhteydessä oman kunnan tartuntatautiyksikköön. Ulkoilu yksin tai kanssasi samassa asunnossa asuvan kanssa on sallittua, mutta ulkoilun aikana tulee välttää lähikontakteja muiden ihmisten kanssa. Kotiin ei saa tulla vierailijoita karanteenin aikana. Hoida yhteydenotot sukulaisiin, ystäviin, työpaikalle tai kouluun puhelimitse. Mikäli karanteeniin määrätty on oireeton, hänen perheenjäsenensä saavat liikkua vapaasti.

**Mikäli sinulle tulee karanteenin aikana infektion oireita, hakeudu koronavirustestiin.** Ota yhteyttä omaan terveyskeskukseen puhelimitse tai OmaOlon kautta. Samassa taloudessa asuvat henkilöt jäävät kotiin kunnes vastaus on tiedossa.

**Jos tarvitset iltaisin tai viikonloppuisin päivystyksellistä hoitajan tai lääkärin arviota,** niin ota yhteyttä oman terveyskeskuksen päivystykseen tai Kanta-Hämeen keskusairaalaan.

### Noudata karanteenin aikana hyvää käsi- ja yskimishygieniaa:

#### Käsihygienia

- 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 jätteastiaan, älä laita nenäliinaa esim. taskuusi.
- Yskimisen jälkeen, pese heti kätesi vedellä ja saippualla tai käsidesinfektioaineella.

Sairaalahygienia/ Alho/Mikkola

Kanta-Hämeen sairaanhoitopiirin ky. • 13530 Hämeenlinna • Puh. 03 6291

Hämeenlinnan yksikkö  
Ahvenistontie 20  
13530 HÄMEENLINNA  
vaihde 03 6291

Riihimäen yksikkö  
Kontiontie 77, 11120 RIIHIMÄKI  
PL 140, 11101 RIIHIMÄKI  
vaihde 019 744 51

*Sinua kuunnellen*.....



