

Virus tarttuu ihmisestä toiseen pääasiallisesti pisaratartuntana lähikontaktissa. Itämisaika, eli aika altistumisesta ensioireiden alkuun, on noin 2-14 päivää, keskimäärin noin 4-5 päivää. Tartunta on mahdollinen myös kosketustartuntana potilaan eritteistä pintojen kautta.

Jokainen voi omalla toiminnallaan hidastaa koronaviruksen leviämistä. Arkielämässä tartuntoja voi ehkäistä huolehtimalla käsihygieniasta ja välttämällä lähikontakteja muihin ihmisiin.

Omaa ja läheisten tartuntariskiä voi alentaa ensisijaisesti huolehtimalla hyvästä käsi- ja yskimishygieniasta.

- Pese käsiä vedellä ja saippualla ainakin 20 sekunnin ajan. Kädet kannattaa pestä erityisesti, kun tulet ulkoa sisään, aina wc-käynnin jälkeen tai kun olet niistänyt, yskinyt tai aivastanut.
- Jos et voi pestä käsiäsi, käytä alkoholipohjaista tai muuta kemikaaliviranomaisen hyväksymää käsihuuhdetta.
- Älä koskettele silmiä, nenää tai suuta, ellet ole juuri pessyt käsiäsi.
- Yski ja aivasta kertakäyttöiseen nenäliinaan ja laita nenäliina heti roskeen.
- Jos sinulla ei ole nenäliinaa, yski tai aivasta hihaan, älä käsiisi.
- Vaihda kotona käsipyyhkeitä usein ja käytä kodin ulkopuolella kertakäyttöpyyhkeitä.

### KASVOMASKIN KÄYTTÖ:

Kasvomaskin asianmukainen käyttö voi vähentää tartuntoja estämällä pisaroiden leviämistä ympäristöön. Kasvomaskia on monenlaisia: erilaiset itse valmistetut tai kauppoista hankittavat kankaasta tai muista materiaaleista valmistetut maskit. Kasvomaski ei ole varsinainen hengityksensuojain, eikä se suojaa tehokkaasti käyttäjänsä. Kasvomaskien teho perustuu osittain siihen, että mahdollisimman moni käyttää niitä asianmukaisesti.

Käyttöä suositellaan seuraavissa tilanteissa ja seuraaville henkilöille:

- Joukkoliikenteessä, jossa lähikontakteja ei aina voida välttää.
- Koronavirustestiin hakeutuvat henkilöt matkalla näytteenottoon ja ennen testituloksen valmistumista, jos on välttämätön syy liikkua kodin ulkopuolella.
- Riskialueelta Suomeen saapuvat matkustajat heidän siirtyessä maahantulopisteeltä karanteeniin tai jos heillä on karanteenin aikana välttämätön syy liikkua kodin ulkopuolella.
- Kasvomaski kannattaa lapselle laittaa, mikäli alkaa oireilla koulussa.

## [Suu-nenäsuojuksen käyttöohje PPSHP:n alueella](#)

### KORONAVIRUS JA LAPSET

Lasta voi suojata infektiolta samalla tavoin kuin aikuisiakin. Hyvä käsi- ja yskimishygienia on tärkeää. Kontaktia sairastuneisiin kannattaa välttää

Kun huoltaja toteaa, että lapsella on infektio-oireita, lapsi ei saa mennä kouluun tai varhaiskasvatukseen.

Lapsi pitää viedä testiin, jos hänellä on huoltajan tai terveydenhuollon ammattilaisen arvion mukaan koronavirusinfektioon sopivia oireita.

Koronaviruksen oireet

- Jos oireilu on hyvin lievää, eikä lapsi tiettävästi ole altistunut varmistetulle koronavirustapaukselle eikä perheestä kukaan ole matkailut ulkomailla edeltävän 10 vrk aikana, oireita voi seurata kotona ilman testaamista. Oireisena lapsi ei kuitenkaan voi mennä kouluun tai varhaiskasvatukseen.
- Jos lapsella on allerginen nuha, yksittäisiä aivastuksia tai jos hänen nenänsä alkaa valua ulos mennessä mutta oireilu loppuu sisätiloissa, lapsi voi mennä kouluun tai varhaiskasvatukseen, kunhan hänen yleistilansa on muuten normaali eikä infektio-oireita ole.

Jos oireet seurannassa kokonaan väistyvät, ei testiin tarvitse mennä, vaan kouluun tai varhaiskasvatukseen voi palata yhden oireettoman päivän jälkeen.

Jos testituloks on negatiivinen, lapsi voi palata kouluun tai varhaiskasvatukseen, kun hän on parantumassa, vaikka oireet eivät olisi kokonaan väistyneet.

Jos testi otetaan, mutta tuloksen saaminen viivästyy, voi kouluun tai varhaiskasvatukseen palata yhden oireettoman päivän jälkeen, jos lapsi ei tiettävästi ole altistunut varmistetulle koronavirustapaukselle eikä perheestä kukaan ole matkailut ulkomailla edeltävän 10 vrk aikana.

Saman perheen samaan aikaan sairastuneista riittää yksi negatiivinen koronatestituloks. Kaikkia perheen lapsia ei ole tarpeen testata.

Jos lapsen hengitystieoireet pitkittyvät, häntä ei tarvitse testata toistuvasti, kunhan oirekuva pysyy samanlaisena.

## **Koulu tai varhaiskasvatus ei saa vaatia todistusta negatiivisesta testistä**

### **1. Lasten näytteenottokriteerit**

- Lapsella on huoltajan tai terveydenhuollon ammattilaisen arvion mukaan koronavirusinfektioon sopivia selviä oireita (kuume, yskä, hengenahdistus, nuha, kurkkukipu, lihaskivut, pahoinvointi, ripuli)
- Jos oireilu on hyvin lievää, eikä lapsi ole altistunut varmistetulle koronavirustapaukselle eikä perheestä/lapsen lähipiiristä kukaan ole matkaillut ulkomailla edeltävän 10 vrk:n aikana, oireita voi seurata kotona ilman testaamista. Oireinen lapsi ei kuitenkaan voi mennä kouluun tai varhaiskasvatukseen. Jos oireet seurannassa kokonaan väistyvät, ei testiin tarvitse mennä, vaan kouluun/varhaiskasvatukseen voi palata yhden oireettoman päivän jälkeen.
- Näytettä ei tarvitse ottaa, jos lapsella on allerginen nuha, yksittäisiä aivastuksia tai jos hänen nenänsä alkaa valua ulos mennessä, mutta oireilu loppuu sisätiloissa tai oireiluun on jokin muu selkeä syy.
- Saman perheen sairastuneista riittää yhden henkilön testaaminen. Kaikkia perheenjäseniä ei ole tarpeen testata. Jos näyte on positiivinen, testataan kaikki perheen oireiset.
- Jos lapsen hengitystieoireet pitkittyvät, häntä ei tarvitse testata toistuvasti, kunhan oirekuva pysyy samanlaisena.

### **2. Aikuisten näytteenottokriteerit**

- Henkilöt, joilla on koronavirusinfektioon sopivia selviä oireita (kuume, yskä, hengenahdistus, nuha, kurkkukipu, lihaskivut, pahoinvointi, ripuli)

Jos muu perhe on oireeton, voivat he jatkaa normaalia elämää siihen asti, kunnes tulos tulee. Oireisten on pysyttävä kotona, kunnes testitulos valmistuu.

Jos tulos on positiivinen, muu perhe joutuu viralliseen tartuntatautilain mukaiseen karanteeniin, josta päättävät henkilön kotikunnan tartuntatautiviranomaiset.

Jos oppilaalla tai koulun henkilökunnan jäsenellä on infektiioireita, hänen tulee hakeutua koronatestiin mahdollisimman nopeasti.

Jos lapsen tai henkilökunnan perheenjäsenellä on oireita, tulee oireisen perheenjäsenen hakeutua testiin mahdollisimman nopeasti. Oireettomat perheenjäsenet voivat olla koulussa, kun testitulosta odotetaan, ellei jo tuolloin ole erityisen vahvaa epäilyä, että perheenjäsenellä on koronavirustartunta.

### **OHJE HENKILÖLLE, JOLTA ON OTETTU COVID-19 NÄYTE**

- Pysytköte kotona ja välttä sosiaalisia kontakteja, kunnes saat näytevastauksen. Jos vastaus on negatiivinen, voit elää normaalisti, mutta muista, että kaikki hengitystieinfektiot tarttuvat. Jos testitulos on negatiivinen, myös lapsi voi palata kouluun tai varhaiskasvatukseen, kun hän on parantumassa, vaikka oireet eivät olisi kokonaan väistyneet.
- Jos tuloksen saaminen viivästyy, voi kouluun/varhaiskasvatukseen palata yhden oireettoman päivän jälkeen, jos ei ole altistunut varmistetulle koronavirustapaukselle eikä perheestä kukaan ole matkailullut ulkomailla edeltävän 10 vrk aikana.

### **AIKUISEN TULEE ODOTTAA NEGATIIVINEN KORONAVIRUSNÄYTEVASTAUS ENNEN TÖIHIN PALUUTA**

- Oireettomat perheenjäsenesi voivat liikkua normaalisti kodin ulkopuolella, jos kenelläkään perheessä ei ole todettu koronaa tai näytevastausta ei ole vastattu.

Oireettomista ei oteta näytteitä, paitsi ulkomaamatkan jälkeisen omaehtoisen karanteenin purkamiseksi. Jos potilaalla on Suomeen saapuessa korkeintaan 72 tuntia vanha todistus negatiivisesta koronatestistä, potilas ohjataan toiseen koronatestiin aikaisintaan 72 tuntia maahan saapumisen jälkeen. Jos potilaalla ei ole alle 72 tuntia vanhaa todistusta negatiivisesta koronatestistä, hän voi lyhentää karanteenia menemällä koronatestiin heti, kun saapuu Suomeen ja toiseen testiin aikaisintaan 72 tunnin kuluttua ensimmäisestä testistä. Jos molempien testien tulos on negatiivinen omaehtoisen karanteenin voi lopettaa.

Jos olet terveyden- ja sosiaalihuollon potilaita hoitavaa henkilökuntaa, jolla on akuutin infektion oireita:

- Pysy pois töistä, kunnes saat negatiivisen vastauksen ja olet työkykyinen.
- Jos olet voimakasoireinen -> pysytköte kotona sairaslomalla, vaikka näytevastaus olisi negatiivinen (kaikki hengitystieinfektiot tarttuvat!).

· Jos olet lieväoireinen, työkykyinen ja näytevastaus on negatiivinen, voit tulla töihin, mutta käytä kirurgista suu-nenäsuojusta.

· Jos epäilet, että oireesi johtuu jostain muusta syystä (heinänuha, ärtyvä suoli tms.) kuin tarttuvasta taudista niin käytä töissä suu-nenäsuojusta siihen saakka, kunnes saat näytevastauksen.

· Jos olet hoitanut koronapotilasta ilman asianmukaista suojausta tai sinut on määrätty altistuskaranteeniin -> pysytköte kotona 10 vrk, vaikka näyte olisi negatiivinen.

Jos sinulla on ollut lähikontakti positiiviseen koronapotilaaseen ja sinut on määrätty altistuskaranteeniin

· Näissä tapauksissa sinulle on ilmoitettu karanteenin tarpeesta

· Pysytköte kotona ja välttä sosiaalisia kontakteja 10 vrk altistuksesta, vaikka näyte olisi negatiivinen.

#### 4. Näytevastauksen ilmoittaminen

· Kuulet näytteenottavalta henkilökunnalta, miten saat vastauksen sekä viiveen näytevastauksen saamiseen. Vastauksen saaminen voi kestää 1-4 vrk. Näytevastaus voi tulla mm. netissä olevien sähköisten kanavien kautta (mm. Omakanta, Oulun Omaolo, Oma Työvirta) ja tekstiviestillä.

· Alle 10-vuotiaan lapsen vastauksen voi tarkistaa vanhemman tunnuksella Omakannasta

· Yli 10-vuotiaan lapsen vastausta tai jos sinulla ei ole mahdollisuutta käyttää internettiä, voit kysyä Oulun seudun yhteispäivystyksessä tai lastenklirikassa otettua näytevastausta numerosta 046-9203665 MA-SU klo 8-18. Muualla otetuista näytteistä voi olla yhteydessä näytteen ottaneeseen yksikköön.

· Positiivinen näytevastaus ilmoitetaan aina puhelimitse.

**MUISTA HYVÄ KÄSI- JA YSKIMISHYGIENIA!**

#### POLIKLIINEN TUTKIMUS- TAI HOITOKÄYNTI

Ulkomailta tulijat ennen polikliinista tutkimus- tai hoitokäyntiä, osastohoitoa tai leikkausta ja koronavilkkuhälytyksen 10 vrk:n sisällä saaneet potilaat

Polikliininen tutkimus- tai hoitokäynti:

- Oireeton potilas voi tulla sovitulle ajalle. Potilas käyttää käynnin ajan kirurgista suunäsuojusta. Jos tämä ei ole mahdollista, niin henkilökunta käyttää kirurgista suunäsuojusta potilaan lähihoidossa. Koronanäyte otetaan vain oireiselta.
- Oireinen potilas ottaa yhteyttä vastaanottavaan yksikköön. Pääsääntöisesti käyntiä siirretään. Hoidon tarpeen kiireellisyyden arvioi hoitava lääkäri. Ohjataan hakeutumaan koronavirusnäytteenottoon.

Koronapositiiviselle altistuneet viralliseen koronakaranteeniin määrätyt potilaat

Polikliininen tutkimus- ja hoitokäynti:

- Oireeton potilas voi tulla sovitulle ajalle. Potilas käyttää käynnin ajan kirurgista suunäsuojusta. Jos tämä ei ole mahdollista, niin henkilökunta käyttää kirurgista suunäsuojusta potilaan lähihoidossa. Koronanäyte otetaan vain oireiselta.
- Oireinen potilas ottaa yhteyttä vastaanottavaan yksikköön. Pääsääntöisesti käyntiä siirretään. Hoidon tarpeen kiireellisyyden arvioi hoitava lääkäri. Ohjataan hakeutumaan koronavirusnäytteenottoon.