

Koronavirukselle altistuneen ohje (COVID-19)

Tämä ohje koskee COVID-19-koronavirukselle altistuneita ihmisiä (=lähikontakti). Lähikontakti tarkoittaa, että olet ollut koronavirusinfektioon sairastuneen kanssa alle 2 m etäisyydellä yli 30 minuuttia (rokottamaton), yli 8 tuntia (rokotettu) tai joku samassa taloudessa kanssasi asuva henkilö on sairastunut koronavirusinfektioon.

Jos olet saanut vähintään 2 koronavirusrokotetta, sinua ei sairaanhoitopiirin ohjeiden mukaisesti rutiininomaisesti aseteta karanteeniin, mutta ole yhteydessä esimieheesi ja kerro koronavirusaltistuksestasi. Jos altistuminen COVID-19-koronavirukselle katsotaan merkittäväksi, PPKY Kallion tai sairaanhoitopiirin tartuntataudeista vastaava lääkäri voi määrätä henkilön karanteeniin tai pidättää määräjäksi työstä (koska COVID-19-koronavirusinfektio on tartuntatautilaissa (1227/2016) määritelty yleisvaaralliseksi tartuntataudiksi). **Jos työskentelet sosiaali- ja terveysalalla**, ole seuraavana arkipäivänä yhteydessä esimieheesi lisäksi myös pandemiakoordinaattoriin (040-635 5391 ma-pe klo 9–11 ja 12–15, viikonloppuina ja arkipyhinä klo 10-14)

Karanteenilla tarkoitetaan kotona pysymistä ja sillä pyritään estämään jatkotartuntoja, mikäli sairastuisit karanteeniaikana koronavirusinfektioon. **Karanteenissa ollessa tulee pysyä kotona, mutta muu perhe voi muuten elää normaalia elämää.** Kotikaranteenilla tarkoitetaan sosiaalisten kontaktien sekä matkustamisen rajoittamista. Kuitenkin omalla pihalla saa liikkua, mikäli pihalla ei liiku muita ihmisiä (esim. omakotitalo). Ulkona käyminen on sallittu (esim. koiran ulkoilutus, roskien vienti), mutta muista ihmisistä täytyy pysytellä yli 2 metrin etäisyydellä!

Perheenjäsenet eivät ole karanteenissa, jos he eivät ole olleet lähikontaktissa koronavirukseen sairastuneeseen. Tilanne muuttuu, jos altistunut sairastuu koronavirusinfektioon: Tällöin sairastunut asetetaan **kotieristykseen** ja muuta perhettä, joilla ei ole rokotuksen tai sairastetun taudin antamaa suojaa (suoja on riittävä, jos on vähintään 2 rokotetta, alle 6 kk sitten sairastettu koronavirusinfektio tai yli 6 kk sitten sairastettu koronavirusinfektio ja vähintään yksi rokote) kehoitetaan jäämään kotiin sekä lukemaan eristys-, kotihoito- ja karanteeniohjeet PPKY Kallion internet-sivuilta.

Jos olet altistunut koronavirukselle ja perheeseesi kuuluu riskiryhmäläisiä (yli 65-vuoden ikä, raskaana olevat ja juuri synnyttäneet naiset (alle 6 viikkoa synnytyksestä) sekä sairauden tai hoidon vuoksi riskiryhmään kuuluvat), tulisi lähikontakti heihin minimoida myös kotioloissa (esim. nukkuminen eri huoneessa) sekä miettiä onko kotikaranteenin järjestäminen mahdollista.

Mikäli altistuneelle ei karanteeniaikana kehity koronavirustautia, karanteeni voidaan purkaa 5 vuorokautta altistumispäivän jälkeen. Jos sinulle kuitenkin kehittyy koronavirusinfektioon viittaavia oireita, kannattaa tehdä koronaviruskotitesti tai varata aika viralliseen koronavirustestiin PPKY Kallion pandemianeuvonnasta. Jos testi on positiivinen, kotikaranteeni muuttuu kotieristykseksi.

Pandemiakoordinaattori on tavoitettavissa:

Arkisin klo 9-11 ja 12-15, Puhelinnumerosta: 040-635 5391

Muina aikoina, voinnin huonontuessa voi olla yhteydessä iltaisin ja viikonloppuisin palvelevaan PÄIVYSTYSAPU-puhelinnumeroon 116117 Lievemmistä oireista voi kertoa seuraavan päivän puhelinkontaktin yhteydessä. Kannattaa tehdä oirearvio: www.omaolo.fi ensin.

Tartuntatautipäiväraha korvaa ansionmenetyksen karanteenin aikana

Kela voi maksaa tartuntatautipäivärahaa, kun työntekijä on määrätty olemaan poissa työstään jonkin tartuntataudin, esimerkiksi koronaviruksen, leviämisen estämiseksi. Alle 10-vuotiaan huoltajalla on oikeus tartuntatautipäivärahaan, jos lapsi on määrätty karanteeniin ja huoltaja ei siksi voi tehdä työtä.

Tartuntatautipäivärahassa ei ole omavastuu-aikaa, ja se korvaa täysimääräisesti työstä poissaolon, eristyksen tai karanteenin aiheuttaman ansionmenetyksen. Työntekijän päiväraha määräytyy sen palkan mukaan, jonka hän olisi saanut, jos hän olisi ollut töissä. Yrittäjän päiväraha määräytyy työstä poissaolon alkaessa voimassa olevan YEL- tai MYEL-vuosityötulon perusteella.

Kela tarvitsee tartuntatautipäivärahan maksamista varten kunnan tai sairaanhoitopiirin tartuntataudeista vastaavan lääkärin päätöksen työstä poissaolosta, eristämisestä tai karanteenista. A-todistus lähetetään postitse.

Jos joudut olemaan karanteenin vuoksi pois palkallisesta työstä ja tarvitset A-todistusta tartuntatautipäivärahaa varten soita numeroon:

- 040-6355164 (Arkisin klo 9–11 ja 12–15) tai laita sähköpostia osoitteeseen: tartuntatautipaivystys@kalliopp.fi
 - o Kerro sähköpostissa oma nimesi, milloin altistuit ja milloin sait tiedon altistumisesta ja jos olet sairastunut koronavirukseen, niin oireiden alkupäivä. A-todistus lähetetään postissa kotiin.

Ruokahuolto karanteenin aikana

Kaupassa tai apteekissa käynti ei karanteeniaikana ole mahdollista, joten pyydä esimerkiksi jotakin läheistäsi huolehtimaan kaupassa käynnistä. Ota puhelimitse yhteyttä oman alueesi kauppaan, jos kukaan muu ei voi käydä kaupassa puolestasi (esim. tilanteessa, jolloin koko perhe on karanteenissa). Peruspalvelukuntayhtymä Kallion alueella on kauppoja, jotka tarjoavat ruoka- ym. tarvikkeiden kotiinkuljetusta.

Lisätietoa

THL:n internet-sivuilla on laadukasta ja ajantasaista tietoa koronaviruksen infektioon liittyen: <https://thl.fi/fi/web/infektioaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/materiaalipankki-koronaviruksesta/koronavirus-selkokielella>