

Pysy kotona, jos olet sairas

Teemme yhdessä kaikkemme koronaviruksen leviämisen rajoittamiseksi minimiin

Uusi koronavirus saattaa aiheuttaa covid-19-sairauden, joka muistuttaa tavallista vilustumista tai influenssaa. Useimmat oireita saaneista eivät sairastu kovinkaan vakavasti, mutta sairaus voi olla vaarallinen vanhuksille ja sairaille. Covid-19 tarttuu ensisijaisesti silloin kun joku tähän tautiin sairastunut yskii tai aivastelee.

Pysy kotona, jos olet sairas

Jos sinulla on kuumetta, yskää, nuhaa tai kurkkukipua, sinun pitää jäädä kotiin ja välttää tapaamista muita kuin niitä, joiden kanssa asut yhdessä. Myös silloin kun tunnet itsesi vain vähäisessä määrin sairaaksi, sinun on jäätävä kotiin. Pysy kotona, kunnes olet täysin terve ja kaksi päivää vielä terveenäkin. Sen jälkeen et voi enää tartuttaa muita.

Suojaa vanhukset ja vaikeasti sairaat

Vanhemmilla ihmisillä on suurempi riski sairastua vaikeasti. Tämä koskee myös vaikeasta sairaudesta kärsiviä. Sen vuoksi on tärkeää välttää heidän tapaamistaan ja käyntejä heidän luonaan. Käytä sen sijaan puhelinta.

Mitä voit itse tehdä välttääksesi sairastumisen?

- Pese kätesi usein ja tarkasti saippualla ja vedellä. Käytä käsihuuhdetta (handsprit), ellei sinulla ole käytössäsi saippuaa ja vettä.

- Vältä koskettamasta käsilläsi silmiäsi, nenääsi ja suuhusi.
- Pysy etäällä yskivistä ja aivastelevista ihmisistä sekä vältä heidän tervehtimistään kädestä käteen.

Milloin ja missä sinun pitää hakeutua hoitoon?

Useimpien covid-19:ään sairastuneista ei tarvitse hakeutua hoitoon, koska oireet häviävät tavallisesti itsestään.. Soita numeroon 1177, jos terveydentilasi huononee huomattavasti tai jos sinulla on hengitysvaikeuksia myös levätessäsi. Tällöin sairaanhoitaja auttaa sinua oikeaan aikaan oikeaan hoitopaikkaan. Soita aina numeroon 112, jos tunnet, että terveydentilasi on hengenvaarallinen.

Neuvoja sairaanhoidosta saa puhelimitse myös seuraavilla kielillä:

- Englanti – soita vuorokauden ympäri numeroon 1177
- Suomi – soita numeroon 1177 arkisin klo 8–12
- Arabia – soita numeroon 08-123 130 80 kaikkina päivinä klo 8–22
- Somali – soita numeroon 08-123 130 90 arkisin klo 8–17
- Persia – soita numeroon 08-123 130 87 arkisin klo 8–17

Lisätietoja saa verkkosivustolta [1177.se](https://www.1177.se), ja jos sinulla on yleisiä kysymyksiä covid-19:stä, soita numeroon 113 13.