



## Information om riktlinjer gällande covid-19 vid inresa till Åland

Den som anländer till landet ska under 14 dygn begränsa onödiga närkontakter och självmant hålla sig i karantän. I karantänen på eget initiativ tillåts att man rör sig mellan arbetsplatsen och hemmet samt annan nödvändig rörlighet. I alla situationer bör man följa riktlinjerna gällande två meters avstånd och god handhygien.

### Direktiv för vård och kontakt med hälso- och sjukvården

Om du vid eller efter inresan har symtom på luftvägsinfektion (även vid lätta symtom) skall du genast kontakta hälso- och sjukvården.

De här symtomen kan du få:

- Förhöjd kroppstemperatur eller feber
- hosta, snuva
- andnöd
- ont i halsen
- förlust av luktsinnet.

Du kan dessutom få huvudvärk, extrem trötthet, muskelvärk eller magbesvär.

### Om du utvecklar symtom (symtomdebut inom 14 dagar efter ankomst) när du befinner dig på Åland följ direktiven nedan:

Vid milda eller måttliga symtom:

- ring coronatelefonen 018-535 313 för bedömning
- stanna hemma tills du varit symtomfri en dag (för social- och hälsovårdspersonal gäller två symtomfria dagar).
- kom överens med din arbetsgivare om distansarbete är möjligt.
- annars ledighet på egen anmälan

Vid allvarliga symtom – när du har till exempel hög feber och andnöd:

- ring coronatelefonen dagtid, kvällstid ringer du till akuten, telefon 018-535 001
- vid akut behov av hjälp, ring 112.

Coronatelefonen

- telefon 018-535 313
- öppen vardag klockan 8-16, helger klockan 9-16
- är det upptaget kan du även ringa sjukvårdsupplysningen, telefon 018-538 500.

### Landskapsregeringens informationstelefon

Om du har frågor om coronasituationen som inte är vårdrelaterade kan du ringa landskapsregeringens informationstelefon 018-25 572 eller 018-25 573.

### Mera information:

- Ålands hälso och sjukvårds webbplats: <https://www.ahs.ax/>
  - Ålands landskapsregerings webbplats: <https://www.regeringen.ax/>
  - THL:s info om coronaviruset: <https://thl.fi/sv/web/infektionssjukdomar/aktuellt/aktuellt-om-coronaviruset-covid-19>
  - Gränsbevakningens info om gränstrafik [https://www.raja.fi/aktuellt/instruktioner\\_gransovergang](https://www.raja.fi/aktuellt/instruktioner_gransovergang)
-