

Info Koronaviirusest, COVID-19

Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) andmete alusel on koronaviirus pandeemia. See on haigus, mis on levinud kõikjal maailmas. Soomes on suurenenud koronaviirusesse nakatumise oht. Koronaviirus nakkab inimestele aevastamise või köhimise käigus.

Soomes ja Ahvenamaal on välja kuulutatud eriolukorrad. Eriolukorra eesmärk on kaitsa rahvast. Eriolukorra ajal on koolid suletud. Eriolukord kestab kuni 13. aprillini 2020, kuid võib kesta ka pikemat aega. Soomes elavad inimesed ei tohi eriolukorra ajal välismaale reisida ning välismaal viibivatel soome elanikel soovitatakse viivitamatult tagasi pöörduda kodumaale.

Üldsuse nõustamine

- Vältige reisimist.
- Vältige rahvarohkeid kohti, kus on üle 10 inimese.
- Olge hügieeni, eriti kätepesu osas, hoolikad.
- Viibige kodus, eriti palaviku, külmetushaiguste ja muude hingamisteede infektsioonide sümptomite korral.
- Ärge külastage eakaid ja haigeid.
- Vanadekodu külastamine on keelatud.
- Üle 70-aastased inimesed peaksid jääma koju.

Kuidas vältida viiruse levikut

Kõik peavad aitama viiruse levikut peatada.

Hea hügieen on parim viis koronaviiruse ja kõigi teiste viiruste leviku tõkestamiseks.

- Peske käsi sageli ning korralikult seebi ja veega. Kui te ei saa käsi pesta, kasutage käte desinfitseerimist.
- Katke oma suu kõha või aevastamise korral. Kasutage näiteks taskurätikut või käsivart. Ärge kõhige ega aevastage oma kättesse. Hoidke köhijatest või aevastajatest vähemalt ühe meetri kaugusele.
- Ära tervita kedagi käteldes.

Kui olete reisinud väljaspool Ahvenamaad

Kui olete reisinud väljaspool Ahvenamaad ja olete terved ning sümptomitevabad:

- Kõik välismaalt naasvad isikud peavad Soome valitsuse andmetel olema karantiinis kaks nädalat. Ahvenamaa maavalitsus soovib olla karantiinis 14 päeva, isegi kui olete reisinud ainult Soome riigi siseselt.
- Konsulteerige oma tööandjaga, kas teil oleks võimalik töötada 14 päeva kodukontoris.

**Ahvenamaa maavalitsuse infotelefon,
tel 018-25 572 ja 018-25 573**

- infoliin on küsimustele, mis on seotud eriolukorra tagajärjel võetud meetmetega;
- Infoliin on avatud tööpäeviti kella 8–20.

Aktuaalse teabe ja lingid leiate Ahvenamaa maavalitsuse -i veebisaidilt: <https://www.regeringen.ax/>

See teave kirjutati 18. märtsil 2020

Koronaviiruse sümptomid

Koronaviiruse sümptomid on sageli kerged. Mõndadel inimestel esinevad aga raskemad sümptomid. Need on inimesed kellel tavaliselt on ka mõni teine haigus, näiteks astma või südamehaigus.

Sümptomid, mis sarnanevad koronaviirusele:

- palavik
- valu lihastes
- köha
- raske hingata
- väsimus

Kui jääte haigeks

Kergete sümptomite korral

Kui pole tarvis otsida arstiabi:

- Viibige kodus seni, kuni te olete olnud sümptomitevaba kaks päeva, teatage sellest tööandjale.
- Leppige tööandjaga kokku, kui on võimalik teha kaugtööd.
- Vältige ravi otsimist ja vältige Corona telefoni helistamist.

Mõõdukate sümptomite korral

kui oleks vaja juba arstitõendit:

- Jääge koju, kuni teil pole kaks päeva olnud sümptomeid.
- Vajadusel helistage, kui teil on halb enesetunne Corona Telefon 018-535 313.

Rasketes sümptomite korral

näiteks kui teil on kõrge palavik ja õhupuudus:

- Päevasel ajal: helistage Corona telefonile 018-535 313.
- Õhtune tööaeg: helistage erakorralise meditsiini osakonda, tel 018-5355.
- Kui on vaja kiiret abi! Helistage 112.

ÅHS Corona telefon, tel 018-535 313

- Avatud tööpäeviti kell. 8-16 ja nädalavahetustel kell. 9-16 inimestele, kes tunnevad end halvasti ja kellel on mõõdukad või rasked sümptomid.
- ÅHS Corona telefoni kaudu saate vastuseid ainult küsimustele, mis käsitlevad koroonaviirust, sümptomeid ja hooldust.
- kui see on hõivatud, võite helistada meditsiinilisele infole telefonil 018-538 500. Hädaolemuste korral helistage telefonil 112!

Aktuaalse teabe ja lingid leiate ÅHS-i veebisaidilt: <https://www.ahs.ax/>