

## Covid-19, potilastiedot

### Tartuntatautien torjunnasta vastaavien lääkärin tartuntatautitiedote

#### Miksi sain tämän tiedotteen?

Testit ovat osoittaneet, että sinulla on COVID-19 eli koronaviruksen SARS-CoV-2 aiheuttama infektio.

#### Mikä COVID-19 on?

COVID-19 on virusinfektio, joka aiheuttaa yleensä lieviä oireita, kuten nuhaa, kurkkukipua, yskää ja kuumetta. Jotkut sairastuvat vakavammin ja saavat hengitysvaikeuksia, jotka on hoidettava sairaalassa. Muita COVID-19-oireita voivat olla lihassärky, päänsärky, väsymys, haju- ja makuaistin heikentyminen, vatsavaivat ja ripuli.

#### Miten COVID-19 tarttuu?

COVID-19 tarttuu ensisijaisesti lähikontaktissa pisaratartuntana hengitysteiden kautta. Kun tartunnan saanut henkilö aivastaa, yskii, puhuu tai hengittää ulos, pienet pisarat leviävät ympäristöön. Infektio voi päästä kehoon hengityksen kautta tai kun henkilö koskettaa epäpuhtailla käsillä silmiä tai nenän ja suun limakalvoja.

Tartunnan saanut henkilö voi tartuttaa muita jo ennen oireiden alkamista. Tartunnan saamisesta sairastumiseen kuluu 2–14 päivää, yleisimmin 3–4 päivää. Tätä ajanjaksoa kutsutaan itämisajaksi.

#### Kuinka kauan saatan levittää tartuntaa?

Aika, jolloin voi tartuttaa muita, vaihtelee eri ihmisillä. Vakavasti sairaat levittävät tartuntaa yleensä hieman kauemmin kuin lievästi sairaat.

- Sinun katsotaan levittävän tartuntaa vähintään 5 päivän ajan oireiden saamisesta. Jos et ole yleisesti ottaen parantunut ja kuumeeton kahta viimeistä päivää, saatat levittää tartuntaa hieman pidempään kuin 5 päivää. Jos sinulla on 5 päivän kuluttua vain lieviä oireita, kuten yskää ja heikentynyt haju- ja makuaisti, sinua ei enää pidetä tartuttajana. Jos sinut on testattu, vaikka sinulla ei ollut oireita, lasketaan 5 päivää näytteenottopäivästä.
- Poikkeus edellä mainittuun: Jos kuulut **terveydenhuollon ja hoiva-alan henkilökuntaan etkä ole saanut vähintään kolmea rokotetta**, sinun katsotaan levittävän tartuntaa vähintään 7 päivää sairastumisen jälkeen. Jos sinut on testattu, vaikka sinulla ei ollut oireita, lasketaan 7 päivää näytteenottopäivästä.
- Jos **asut iäkkäiden hoitokodissa** tai sinua on **hoidettu sairaalassa**, lääkäri antaa tietoa siitä, kuinka kauan saatat levittää tartuntaa. Tämä pätee myös siinä tapauksessa, että sinulla on vaikea immuunipuutos.

#### Mitä minun on tehtävä suojellakseni muita tartunnalta?

- Sinua kehoitetaan pysymään kotona ja välttämään lähikontakteja muiden kanssa niin kauan kuin olet tartuttava.
- Jos kuulut terveydenhuollon ja hoiva-alan henkilökuntaan, on suositeltavaa, että ilmoitat asiasta työnantajallesi.

### **Tartuntojen jäljittäminen – mitä se tarkoittaa?**

Tartuntoja on jäljitettävä terveydenhuollossa ja hoiva-alalla, jossa on ihmisiä, jotka ovat vaarassa saada COVID-19-taudin vakavan muodon. Siksi olet velvollinen auttamaan tartuntojen jäljittämisessä, jossa pyritään löytämään tartunnalle altistuneet henkilöt terveydenhuollossa ja hoiva-alalla, jotta heille voidaan kertoa asiasta.

### **Mitä teen, jos tarvitsen terveydenhuollon apua COVID-19-taudin tai muun sairauden hoidossa?**

- Soita numeroon 1177, jos tarvitset sairaanhoidon neuvontaa. Sieltä saat apua oireiden arviointiin tai ohjeita siihen, minne voit hakeutua hoitoon.
- Jos sinun on hakeuduttava hoitoon, on tärkeää, että soitat ensin, etkä mene suoraan vastaanotolle. Näin vältät tartuttamasta muita vastaanotolla. Kun soitat, saat toimintaohjeet.
- Jos sairastut hengenvaarallisesti, soita numeroon 112.