



Ohjeistus kuntalaisille terveysasemalla asiointiin pandemian aikana

Kainuun soten toiminnassa on siirrytty pandemiatilaan 13.3.2020. Tähän liittyen terveysasemien toimintaan on tehty muutoksia. Myös terveysasemille saapumisen reittejä ja odotustilojen järjestelyitä on muutettu pandemian leviämisen rajoittamiseksi.

Valtioneuvoston 16.3.2020 toteamien poikkeusolojen vuoksi ulkopuolisten vierailut sairaaloissa on kielletty. Tapauskohtaisesti arvioiden poikkeukset voidaan sallia kriittisesti sairaiden ja lasten oireettomille läheisille, saattohoidossa olevien läheisille sekä puolisolle tai tukihenkilö synnytysosastolla. Vain välttämättömien saattajien käynnit sallitaan (liikuntarajoitteiset, taksisiirrot). **Vierailijoilla ei saa olla hengitystieoireita. Kaikki sellainen terveysaseman toiminta, joka on mahdollista hoitaa etäkontaktein, hoidetaan siten.** Tämä voi tarkoittaa jo varatun vastaanottoajan muuttamista etäkontaktiksi. Terveysasemalta ollaan tällöin yhteydessä potilaaseen. Poikkeustilan aikana kiirettömään hoitoon pääsemisestä voidaan joutua joustamaan ja kiireettömiä vastaanottoaikoja perumaan.

On erittäin tärkeää, että terveysasemille saavutaan VAIN erillisen yhteydenoton ja ajanvarauksen perusteella. Ajanvarauksessa pyritään siihen, että yhtä aikaa ei olisi monta potilasta odottamassa vuoroaan.

Akuutit oireet ja olemassa olevien sairauksien akuutit pahenemiset:

- Lievät hengitystieoireet tulee sairastaa kotona.
- **Sähköiset palvelut:**
 - **Omasote- palvelussa** voit kysyä ohjausta ja neuvontaa Terveysasemien chatin kautta ma-to klo 8 -16 ja pe klo 8 – 15
 - **Omasote-palvelussa** voit myös katsoa tulokset, jos sinusta on otettu näytteitä koronavirusepäilyn vuoksi.
 - **Tietoa koronaviruksesta –puhelinneuvonta** ma - pe klo 8 – 21 ja lauantaisin klo 9 – 15
 - puhelimitse 0295 535 535 tai tekstiviestillä 050 902 0163 (tarkoitettu henkilöille, jotka eivät voi käyttää puhelinpalvelua)
 - **www.sote.kainuu.fi -sivulta ja Omasotesta** löytyy ”koronabotti”, jonka kautta voi tehdä oirearvion, saada kotihoito-ohjeita ja löytää tietoa sairauslomatodistukseen liittyen.
- Mikäli vointi heikkenee ja tarvitset **arviota sairaanhoidon tarpeesta, tulee soittaa päivystysapunumeroon 116117 tai terveysaseman päivystysnumeroon** lisäohjeiden saamiseksi. Yhteydenoton perusteella potilaalle annetaan ohjeet päivystyspoliklinikalle tai terveysasemalle saapumisesta ja kulkureitistä. Päivystysnumeroon tulleisiin yhteydenottoihin vastataan 1 päivän aikana.
- **Hätätilanteessa** tulee soittaa hätänumeroon 112.



- **Sairauspoissaolotodistusta** varten tulee ottaa yhteyttä työterveyshuoltoon tai omaan terveysasemaan, jotta päivystysapunumero 116117 ei tukkeudu sairauslomapyynnöistä.

Kiireettömiä terveysaseman palveluita tarvitsevien tulee ottaa yhteyttä terveysasemalle **Omasoten kautta tai puhelimitse**. Yhteydenottoihin pyritään vastaamaan kolmen (3) vuorokauden sisällä.

Terveysasemien puhelinnumerot

Terveysasema	Päivystys	Kiireetön	Potilastoimisto
Kajaani	08 6156 6000 (KAKS)	08 6156 7207	08 6156 7229
Vuolijoki	08 6156 6000 (KAKS)	08 6156 5529 puhelinaika klo 8-10	08 6156 5526 puhelinaika klo 8-10
Ristijärvi	08 6156 5164	08 6156 5164	044 797 0555
Paltamo	08 6156 5322	08 6156 5322	08 6156 5329
Sotkamo	08 6156 5009	08 6156 5009	08 6156 5000
Kuhmo	08 6156 5635	08 6156 5635	08 6156 5620
Hyrnsalmi	08 6156 5423	08 6156 5423	08 6156 5429
Suomussalmi	08 6156 6200	08 6156 6200	08 6156 6212

Laboratorionäytteiden ottaminen pandemian aikana:

Asiakkaan tulee saapua laboratorionäytteenottoajalle yleisiin tiloihin **vain, mikäli hänellä ei ole hengitystieinfektion oireita**.

Jos asiakkaalla on varattuna laboratorioaika ja sitä odottaessa ilmenee **hengitystieinfektion oireita, tulee ottaa yhteyttä omalle terveysasemalle lisäohjeiden saamiseksi**.

Yhteydenotossa arvioidaan, voidaanko näytteenottoa siirtää. Jollei se ole mahdollista, suunnitellaan, miten näytteenotto voidaan parhaiten järjestää ja mitä kautta terveysasemalle tulee saapua näytteenottoa varten.

Tila- ja kulkujärjestelyt terveysasemilla pandemian aikana

Kajaanin pääterveysasema ja Vuolijoen terveysasema

Asiakkaiden tulee ottaa etukäteen yhteyttä puhelimitse. Vastaanotto tapahtuu ajanvarauksella. Hoitoa tarvitsevat Kajaanin ja Vuolijoen pandemiaoireiset potilaat ohjataan keskussairaalan pandemiavastaanotolle. Kiireetöntä hoitoa tarvitsevat potilaat, joilla ei ole hengitystieinfektion oireita, hoidetaan terveysasemilla hoidon tarpeen arvion perusteella.



Paltamon ja Ristijärven terveysasemat

Asiakkaiden tulee ottaa etukäteen yhteyttä puhelimitse. Vastaanotto tapahtuu ajanvarauksella. Sekä Paltamon että Ristijärven pandemiaoireiset potilaat hoidetaan Paltamon terveyskeskuksessa, mikäli oirekuva ei vaadi ohjaamista päivystyspoliklinikalle. Paltamossa hengitystieoireiset potilaat saapuvat terveysasemalle pääovesta (yläkerran ovi). Potilaat ohjataan Aulaan 1, joka sijaitsee terveysaseman ja hoitokodin välisessä käytävässä. Potilaiden tulee laittaa kasvoilleen suojamaski, joita löytyy aulasta. Kaikki muut potilaat tulevat alakerran ovesta (laboratorion ja hammashoitolan ovi). Odotustilana toimii joko yläkerran Aula 2 tai alakerran Aula 3. Ajanvarauksen yhteydessä potilas saa tiedon, kummasta aulasta hänet kutsutaan vastaanotolle. **TÄRKEÄÄ!** Alakerran ovesta EI SAA kulkea terveysasemalle, laboratorioon tai muualle, jos on hengitystieoireita. Jos hengitystieoireita ilmenee aiemmin varattua aikaa odottaessa, tulee ottaa yhteyttä terveysasemalle jatkohoidon tai näytteenoton suunnittelua varten.

Sotkamon terveysasema:

Hengitystieoireiset ohjautuvat vastaanotolle puhelinkontaktin kautta. Tarvittaessa heille varataan vastaanottoaika. Kulku vastaanotolle tapahtuu ENSIAPU -kyltin ovesta. Muut EI-hengitystieoireiset potilaat tulevat joko pääovesta, jossa on TERVEYSASEMA -kyltti tai PERHEKESKUS -kyltin ovesta, josta on kulku laboratorioon ja röntgeniin.

Kuhmon terveysasema:

Hengitystieoireiset ohjautuvat vastaanotolle puhelinkontaktin kautta. Tarvittaessa heille varataan vastaanottoaika. Kulku vastaanotolle tapahtuu ensiavun ovesta (terveysaseman päätyovi). Muut EI-hengitystieoireiset potilaat tulevat pääovesta.

Hyrnsalmen terveysasema:

Hengitysoireisten potilaiden kulku tapahtuu ns. huoltosiiven kautta, opasteet ovat pihalla ja ovissa. Potilaiden tulee saapuessaan laittaa kasvoille suojamaski, joita löytyy aulasta. Suositellaan soittamaan sairaanhoitajalle ennen terveysasemalle tuloa.

Suomussalmen terveysasema:

Hengitysoireisten potilaiden kulku tapahtuu ns. Välskärin ovesta, opasteet ovat pihalla ja ovissa. Potilaiden tulee saapuessaan laittaa kasvoille suojamaski, joita löytyy aulasta. Suositellaan soittamaan sairaanhoitajalle ennen terveysasemalle tuloa.

Pandemian edetessä toiminnassa ja toimintaohjeissa voi tapahtua muutoksia. Niistä tiedotetaan erikseen.

Lisätietoja ja ajankohtaisia ohjeita voi seurata: www.sote.kainuu.fi