



# Infektioturvallisesti kotona ja kodin ulkopuolella

Ohjeessa kuvataan yleisiä periaatteita, joiden avulla vähennetään työhön liittyviä biologisia altistumisia. Ohjetta tulee soveltaa kaikissa jokapäiväisissä toimissa.

## 1. Terveenä palveluihin

Sairaana ollaan kotona eikä hakeuduta muiden ihmisten seuraan. Koronainfektiioon viittaavat oireet pitää selvittää viiveettä. Jos epäilet sairastuneesi koronavirukseen, soita 116 117.

## 2. Lähikontaktien välttäminen ja käsihygienia

Lähikontaktiksi katsotaan:

- Kohtaaminen kasvojen alle 2 metrin etäisyydellä, ei mekaanista estettä kuten lasia tai pleksiä
- Fyysinen kontakti kuten kättely
- Altistuminen ysköksille
- Oleskelu suljetussa tilassa yli 15 minuuttia, esimerkiksi sama talous, luokkahuone, työ-, kokous- tai - odotustila (suurella tilassa rajausta lähellä oleskelleisiin)

Kahden metrin turvaetäisyys vähentää pisaratartuntavaaraa kaikkien hengitystieinfektioiden osalta. Koronavirus tarttuu ensisijaisesti pisaratartuntana. Kahden metrin turvaväli muihin ihmisiin minimoi tartuntariskin. Kasvokkain saman pöydän ääressä istumista tulee välttää samoin kun kasvojen tai nenän koskettelua.

Kädet tulee desinfioida tai pestä vedellä ja saippualla aina

- sisälle tullessa
- ulos lähtiessä
- toisen ihmisen koskettamisen kuten kättelyn jälkeen
- nenän tai kasvojen koskettamisen tai niistämisen jälkeen
- ennen ruokailua
- wc:ssä käymisen jälkeen
- kun käsissä on likaa

Samanaikaista oleilua samassa huoneessa muiden kuin perheenjäsenten kanssa tulee välttää.

## 3. Pysy omassa ryhmässäsi

Mitä useamman ihmisen kanssa on tekemisissä, sitä suuremmaksi tartuntariski kasvaa. Kaikkia ei-välttämättömiä lähikontakteja tulee välttää.

## 4. Jos sairastut

Minimoi lähikontaktit muihin ihmisiin. Hengitystie- ja vatsaoireissa tulee olla yhteydessä terveyskeskukseen tai päivystykseen ja hakeutua sieltä saatujen ohjeiden mukaisesti tarvittaessa koronavirustestiin.



Laadittu 26.5.2020  
Päivitetty

Laatija(t):  
Koukkari Olli-Pekka

## 5. Tunnistaudu tapahtumissa

Erilaisissa tilaisuuksissa, tapahtumissa, näyttelyissä jne. (pois lukien perhejuhlat) voidaan kerätä vapaaehtoista osallistujalistaa, johon osallistujat voivat itse ilmoittaa osallistumisensa etukäteen. Tilaisuuden järjestäjä voi koota tällaisen osallistujalistan, johon vapaaehtoisesti kukin voi ilmoittaa nimensä ja puhelinnumeron. Listan kerääjän tulee ilmoittaa mihin tarkoitukseen listan tietoja käytetään. Mikäli tilaisuuteen osallistujalla todetaan koronavirustartunta, helpottaa lista sairaanhoitopiirin tartunnan jäljitystyötä. Sairaanhoitopiirin tartunnan jäljitys tiedustelelee listaa erikseen tapahtuman järjestäjältä, jos todetun tartunnan selvittelyssä käy ilmi, että sairastunut on osallistunut juuri edeltävästi johonkin tilaisuuteen tai tapahtumaan. Tartunnan jäljitysvalmiuden vuoksi kerätty lista tulee hävittää 30pv kuluttua tapahtuman päättymisestä.

Mikäli tilaisuuden järjestäjä kerää edellä mainitun osallistujalistan, tulee sen huolehtia rekisterinpitäjän velvollisuuksista ja noudattaa EU:n yleistä tietosuojasetusta sekä muuta voimassa olevaa lainsäädäntöä. Tietosuojaan liittyvistä asioista voi kysyä lisätietoja tietosuojavaikuttetun toimistosta <https://tietosuoja.fi/etusivu>, puh. 029 5666 700.