

## Potilasohje kotieristykseen määrätyle henkilölle

Sinulla on todettu koronavirustartunta (COVID-19) ja olet sen vuoksi määrätty eristykseen. Koronavirus tarttuu ensisijaisesti pisara- ja kosketustartuntana, kun yskit tai aivastat tai kosket ympäristön pintoja likaisilla käsilläsi.

**Eristyksellä** tarkoitetaan tarttuvaa **tautia sairastavan** potilaan eristämistä terveistä. Eristys voidaan toteuttaa kotona tai sairaalassa. Tällä halutaan välttää mahdolliset jatkotartunnat.

**Karanteenilla** tarkoitetaan **terveen henkilön** liikkumisvapauden rajoittamista. Osa infektiosairauksista voi tarttua jo ennen varsinaisten oireiden puhkeamista. Karanteenilla estetään tartuntoja mahdolliselta oireettomalta tartunnankantajalta muihin henkilöihin.

**Eristyksen ja karanteenin pituuden määrittää tartuntatautilääkäri.**

### Pysy kotona

- Pyydä apua kodin ulkopuolisen asioinnin hoitamisessa (esim. kaupassa tai apteekissa käynti)
- Pidä turvaväli muihin ihmisiin (vähintään 1-2 metriä) myös kotona ollessasi
- Älä kutsu vierailijoita kotiin sairastamisen aikana

### Huolehdi käsihygieniasta pesemällä kädet ainakin 20 sekunnin ajan

- Niistämisen, yskimien, aivastamisen ja wc-käynnin jälkeen

### Huolehti yskimishygieniasta: suoja suusi ja nenäsi, kun yskit tai aivastat.

- Yski kertakäyttöiseen nenäliinaan tai sen puuttuessa hihaasi, ei käsiin. Laita käytetty nenäliina välittömästi roskeen. Pese kädet vedellä ja saippualla.

### Kodin siivous ja muu hygienia

- Huolehdi hyvästä ilmanvaihdosta yhteisissä tiloissa esimerkiksi avaamalla ikkunat wc-tiloissa, keittiössä ja kylpyhuoneessa.
- Jos kotona on kaksi WC:tä, sairastunut käyttää omaa WC:tä
- Pintoja, joihin kosketaan paljon, on syytä pyyhkiä säännöllisesti yleispesuaineella kostutetulla kertakäyttöliinalla tai joka käytön jälkeen pestävällä siivousliinalla. Näitä pintoja ovat esimerkiksi ovenkahvat, valokatkaisimet, puhelimet ja kaukosäätimet.
- Henkilökohtaiset hygieniatuotteet esim. käsipyyhe. Liinavaatteiden pesu normaaliin tapaan ja tavanomainen jätehuolto.

### Samassa taloudessa asuvat

- Jos mahdollista, muiden samassa taloudessa asuvien tulisi olla toisessa huoneessa. Jos tämä ei ole mahdollista, tulisi etäisyyden sairastuneeseen olla vähintään 1 metri. Sairastunut voi esimerkiksi nukkua eri vuoteessa.
- Jos mahdollista, vain yksi aikuinen hoitaa sairastunutta henkilöä. Riskiryhmään kuuluvan samassa taloudessa asuvan henkilön ei tulisi olla sairastuneen ensisijainen hoitaja.
- Jos mahdollista, riskiryhmään kuuluvan henkilön tulisi majoittua muualle
- Seuraa oireiden kehittymistä 14 vuorokauden ajan viimeisen altistumisen jälkeen eli siitä päivästä alkaen, kun COVID-19 infekioon sairastunut on parantunut. Mikäli sinulle tulee oireita, ota yhteys terveydenhuoltoon.

**Sairastuneen tartuntatautipäiväraha**

- Eristämisestä aiheutuneesta ansionmenetyksestä olet oikeutettu tartuntatautipäivärahaan
- Jos eristys toteutetaan kotona, terveydenhuollosta seurataan vointiasi säännöllisillä vointipuheluilla, joiden perusteella voidaan määritellä, milloin eristys-/ tartuntatautirahakausi päätetään. Tämän jälkeen voit olla vielä toipilas ja sairauspäivärahakausi saattaa jatkua tavallisella SVA todistuksella.
- Myös alle 16-vuotiaan lapsen huoltaja voi saada tartuntatautipäivärahaa, jos lapsi on määrätty olemaan kotona tartuntataudin leviämisen estämiseksi ja huoltajalle aiheutuu siitä ansionmenetystä.
- lisätietoa [www.kela.fi](http://www.kela.fi) Tartuntatautipäiväraha

**Lisätietoja:**

- THL:n kotihoito-ohje: <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/taudit-ja-torjunta/taudit-ja-taudinaiheuttajat-a-o/koronavirus-covid-19/ohjeet-koronavirustaudin-covid-19-kotihoitoon>
- <https://www.terveyskyla.fi> /hakusana korona