

228\_Tietoa eristyspäätöksen saanelle\_1  
[viro]

## Teave isolatsiooniotsuse saanutele

Teil on diagnoositud COVID-19, mistõttu on teid määratud isolatsiooni. Selle eesmärk on takistada koroonaviiruse levikut teistele inimestele. Isolatsiooniotsus põhineb nakkushaiguste seadusel.

Isolatsioonija kestus öeldakse teile isolatsiooni määramisel. Tavaliselt kestab isolatsioon kerge teie haigusnähtude puhul alates nähtude ilmnemisest 7 päeva ja haiglaravi vajajate puhul 14 päeva. Enne isolatsiooni lõppemist peate olema vähemalt kaks päeva ilma sümptomiteta. Kui nakkus on tuvastatud testimisel, kuid sümptomeid ei ole, kestab isolatsioon 7 päeva alates testi tegemise päevast.

### Kuidas isolatsiooni ajal käituda?

Isolatsiooni ajal tuleb viibida oma kodus. Peate vältima lähikontakte teiste inimestega ega tohi välja minna. Te ei tohi minna näiteks tööle, kooli, lasteaeda, huviringi, poodi ega apteeki, sest neis kohtades on raske lähikontakte vältida. Teil ei tohi käia külalisi ja toit tuleb koju tellida.

Kui teil ei ole kedagi, kes saaks teile toitu või ravimeid tuua, helistage sotsiaalteenuste valvetelefonil 09 310 44400.

Nakkusohu vähendamiseks peaksite viibima ka teistest leibkonnaliikmetest eraldi. Võimaluse korral olge eraldi ruumis. Tähtis on järgida head käte- ja köhimishügieeni.

Vältige inimkontakte ka juhul, kui olete sunnitud ise näiteks koeraga jalutama või prügi välja viima.

### Haiguse ravi

Kui teie sümptomid on kerged ja te ei kuulu riskirühma, võite pöörduda oma kodus. Tervisekeskuse raviarst või töötervishoiuarst hindab teie olukorda koroonaproovi tulemuse teatamisel. Haigena tuleb puhata ja tarbida piisavalt vedelikku. Palaviku ja valu leevendamiseks võib kasutada apteegi käsimüügiravimeid.

Kui teil tekivad rasked sümptomid, näiteks hingamisraskused ja teie üldine enesetunne halveneb, helistage oma tervisekeskusesse või koroonaviiruse nõuandetelefonil 09 310 10024 (iga päev kl 8–18). Muudel aegadel helistage valveteenuse telefonil 116 117. Kohest reageerimist vajavas olukorras, näiteks rindkere äkilise valu korral, helistage hädaabinumbri 112.

Saate selle teate ka juhul, kui koroonasse haigestus teie laps. Kui lapsel tekib üks järgmistest sümptomitest, pöörduge viivitamata arsti poole olenemata haigustekitajast või põhihaigusest:

## 228\_Tietoa eristyspäätöksen saanelle\_1 [viro]

- hingamisraskused;
- sinetav või hall nahk;
- laps ei joo piisavalt;
- laps oksendab tugevalt või katkematult;
- laps ei ärka üles ega reageeri millelegi;
- laps on nii endast väljas, et ei soovi süles olla;
- sümptomid on kadunud, kuid tekivad siis uuesti koos palaviku ja rängema kõhaga.

### **Saamata jäänud sissetuleku hüvitamine**

Isolatsiooni tõttu saamata jäänud sissetuleku eest on teil õigus nakkushaiguse päevarahale. Seda taotletakse Kelast. Taotlusele tuleb lisada Helsingi linna nakkushaiguste valdkonna vastutava arsti väljastatud isolatsiooniotsus. Isolatsiooniotsus edastatakse teile kirjana või automaatselt krüptitud e-kirjana. Taotlus tuleb esitada Kelale kahe kuu jooksul alates isolatsiooni määramisest.

Nakkushaiguse päevaraha hüvitab isolatsiooni või karantiini tõttu töölt eemaloleku ajal saamata jäänud sissetuleku täies mahus. Töötaja päevaraha arvutatakse tema töötasu alusel, mida ta oleks saanud tööl käies. Ettevõtte päevaraha arvutatakse töölt eemaloleku alguses kehtiva YEL-i või MYEL-i aastase töötulu alusel. Alla 16-aastase hooldajal on õigus nakkushaiguse päevarahale juhul, kui laps on määratud karantiini ja hooldaja ei saa seetõttu tööd teha. Lisateave on esitatud veebilehel [www.kela.fi/tartuntatauti](http://www.kela.fi/tartuntatauti).

### **Lähikontaktis olnutega võetakse ühendust**

Helsingi epidemioloogiaosakond selgitab välja teiega lähikontaktis olnud ja määrab neile karantiiniaja. Karantiin kestab 10 päeva alates viimasest lähikontaktist haigestunuga. Kui leibkonnas on teisi liikmeid, on karantiini kestus 2 nädalat alates esimese haigestunu sümptomite tekkest või sümptomiteta isiku proovi andmise päevast.

### **Isolatsioon on kohustuslik**

Nakkushaiguste valdkonna eest vastutava ametiasutuse määratud isolatsioon on rangelt kohustuslik. Soome õiguse järgi võib karantiini või isolatsiooni mittejärgmise korral karistada rahatrahvi või kuni kolme kuu pikkuse vangistusega, seda isegi juhul, kui rikkumise korral kedagi ei nakatata.