

Uusi koronavirus – COVID-19

Ohjeet Suomeen saapuville matkustajille

Vältä lähikontakteja 14 vuorokauden ajan

Kaikki ulkomailta tulevat, Suomeen palaavat suomalaiset ja Suomessa pysyvästi asuvat henkilöt veloitetaan välttämään liikkumista kodin ulkopuolella. Heidän tulee pysyä erillään muista ihmisistä mahdollisuuksien mukaan eli pysyä karanteenia vastaavissa olosuhteissa 14 vuorokauden ajan.

Ulkomailta saapuessasi sovi 14 vuorokauden poissaolosta työ-, opiskelu- ja päivähoitopaikan kanssa.

Etäisyyttä muihin ihmisiin on pidettävä vähintään metrin verran. Tehostetusta käsihygieniasta on tärkeää huolehtia.

Suojaa itseäsi ja läheisiäsi koronavirukselta

Hyvällä hygienialla

- Pese kätesi saippualla huolellisesti ja usein.
- Käytä alkoholipohjaista käsihuhdetta, jos et voi pestä käsiäsi.
- Älä kosketele silmiäsi, nenääsi tai suutasi.
- Yski ja aivasta hihaan tai kertakäyttöiseen nenäliinaan. Laita käytetty nenäliina heti roskeen.
- Jos sinulla ei ole nenäliinaa, yski tai aivasta hihaan, älä käsiisi.

Välttämällä lähikontakteja

- Älä kättele.
- Pidä 1-2 metriä etäisyyttä toisiin ihmisiin.

Suojaamalla läheisiäsi

- Älä vieraile sairaaloissa tai hoitolaitoksissa.
- Vältä vierailua iäkkään tai pitkäaikaissairaana luona. Jos vierailu on välttämätöntä, noudata hyvää käsi- ja yskimishygieniaa.

Yhteystiedot

Kansallinen puhelinneuvonta palvelee yleisissä koronavirukseen liittyvissä kysymyksissä suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi. Numerosta ei saa terveysneuvontaa.

0295 535 535 (normaali operaattorikohtainen maksu)

Jos saat vakavia hengitystieinfektion oireita, kuten hengenahdistusta tai yleistilasi laskee, soita heti omaan terveyskeskukseen, päivystykseen tai 116 117 -Päivystysapuun.

Lisätietoja

Lue lisää ajantasaista tietoa koronaviruksesta Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilta.

thl.fi/koronavirus

Jos epäilet koronavirusta, tee oirearvio Omaolon verkkosivuilla.

omaolo.fi