

Tietoja sinulle, joka olet ollut lähiyhteydessä henkilöön, jolla on covid-19

Sisältö koskee Västmanlandia

Jos olet rokottamaton ja asut tai olet asunut samassa asunnossa jonkun kanssa, jolla on covid-19

Sinä, joka asut tai olet asunut samassa asunnossa jonkun kanssa, jolla on tartuttavassa vaiheessa oleva covid-19, olet velvollinen noudattamaan erityisiä käyttäytymissääntöjä.

Käyttäytymissäännöt ovat voimassa siihen saakka, kunnes on kulunut 7 päivää siitä päivästä, jolloin henkilö, jonka kanssa asut/asuit yhdessä, antoi näytteen, josta todettiin covid-19. Lue lisää alta ja kirjaudu sisään sivulle 1177.se ja aktivoi ilmoitus tekstiviestin tai sähköpostiviestin avulla, jotta sairaanhoito voi ottaa yhteyttä sinuun tartunnan jäljittämiseksi.

- Iästä riippumatta sinun, joka olet asunut samassa asunnossa henkilön kanssa, jolla on todettu tartuttavassa vaiheessa oleva covid-19, on pysyttävä kotona 7 päivän ajan siitä päivästä lukien, jolloin se, jolla on covid-19, antoi näytteensä. Tämä tarkoittaa, että et saa mennä töihin kouluun tai esikouluun tänä aikana.
- Sinun on mahdollisimman pitkälle vältettävä muiden ihmisten tapaamista oman talouden ulkopuolella. Saat tehdä välttämättömät lääke- ja ruokaostokset niin kauan, kun olet täysin terve, eikä sinulla ole mahdollisuuksia saada toimituksia kotiin tai apua läheisiltä.
- Sinun on ilmoitettava työnantajallesi tai rehtorillesi, että olet voinut altistua tartunnalle
- Sinun on tehtävä töitä tai opiskeltava kotoa käsin. Ellet pysty tekemään töitä kotoa käsin, voit hakea [Tartuntapäivärahaa vakuutuskassasta](#). Tartuntapäivärahaa maksetaan sille, joka pystyy tekemään työtä, mutta ei saa tehdä sitä koska on olemassa vaara, että hän tartuttaa muita. Tarvitset lääkärintodistuksen, joka vahvistaa, että et voi olla töissä. Kun henkilö, jolla on covid-19 ja jonka kanssa asut, on ilmoittanut sinun kuuluvan talouteen, perhelääkärisi laatii todistuksen. Ota yhteys perhelääkäriisi, jolta saat todistuksen tartuntapäivärahaa varten, kun näet, että sairaskertomuksessasi on covid-19 tartunnan jäljitystiimin tekemä merkintä.
- Sinun on oltava huolellinen käsihygieniasuhteen.
- Jos käyt esikoululuokkaa tai olet iäkkäämpi, sinun on [varattava aika covid-19 omanäytteenottoon \(PCR\) päivänä 5](#) sen jälkeen, kun se, jonka kanssa asut, antoi covid-19-diagnoosin vahvistavan näytteen. Tämä tarkoittaa sitä, että jos henkilö, jonka kanssa asut, jätti covid-19:ää osoittavan näytteen 1. lokakuuta, niin sinun on varattava aika näytteenottoon 6. lokakuuta (viisi päivää myöhemmin). Tämä koskee kaikkia esikoululuokkaa käyviä ja sitä vanhempia, jotka ovat asuneet tai asuvat samassa asunnossa sellaisen kanssa, jolla on covid-19. Esikoululapsille ei suositella yleisesti covid-19-testiä.
- Jos saat oireita ja käyt esikoululuokkaa tai olet sitä vanhempi, sinun on välittömästi [varattava aika covid-19 omanäytteenottoon \(PCR\)](#)

Jos sinut on rokotettu ja asut tai olet asunut samassa asunnossa jonkun kanssa, jolla on covid-19

Jos asut samassa asunnossa henkilön kanssa, jolla on tartuttavassa vaiheessa oleva covid-19, olet velvollinen noudattamaan erityisiä käyttäytymissääntöjä.

Käyttäytymissäännöt ovat voimassa, kunnes on kulunut 7 päivää siitä päivästä, jolloin asuit samassa asunnossa, josta annetusta näytteestä todettiin covid-19. Lue lisää alta ja kirjautu osoitteeseen 1177.se ja aktivoi ilmoittaminen tekstiviestin kautta tai sähköpostitse, jotta hoitotaho voi ottaa sinuun yhteyttä tartunnan jäljittämiseksi.

- lästä ja rokotusstatuksesta riippumatta sinun, joka olet asunut samassa asunnossa henkilön kanssa, jolla on todettu tartuttavassa vaiheessa oleva covid-19, on pysyttävä kotona 7 päivää siitä päivämäärästä lukien, jolloin se, jolla on covid, antoi näytteensä. Tämä tarkoittaa sitä, että et saa mennä töihin, kouluun tai esikouluun tänä aikana.
- Sinun on parhaasi mukaan vältettävä muiden ihmisten tapaamista oman kotitalouden ulkopuolella. Saat tehdä välttämättömät lääke- ja ruokaostokset niin kauan, kun olet täysin terve, etkä voi saada niitä toimitetuksi kotiin tai apua läheisiltä.
- Sinun on ilmoitettava työnantajallesi tai rehtorille, että olet saattanut joutua alltiiksi tartunnalle.
- Sinun on työskenneltävä tai opiskeltava kotoa käsin. Ellei sinulla ole mahdollisuutta työskennellä kotoa, voit hakea [Tartuntapäivärahaa vakuutuskasasta](#). Tartuntapäivärahaa (smittbärarpenning) maksetaan sille, joka pystyy tekemään työtä, mutta ei voi tehdä sitä, koska hän on vaarassa tartuttaa muita. Tarvitset lääkärintodistuksen, mikä vahvistaa, että et voi olla työssä. Kun henkilö, jolla on covid-19 ja jonka kanssa asut, on ilmoittanut, että olet kotitalouskontakti, perhelääkärisi laatii todistuksen. *Ota yhteys perhelääkäriin tartuntapäivärahatodistusta varten, kun näet sairaskertomuksessasi covid-19 tartunnanjäljitysiin tekemän merkinnän.*
- Sinun on huolehdittava tarkasti käsihygieniastasi.
- Jos käyt esikoululuokkaa tai olet vanhempi, sinun on [varattava aika covid-19 omanäytteenottoon \(PCR\) päivänä 5](#) sen jälkeen, kun olet asunut sen kanssa, joka antoi näytteen, josta todettiin covid-19. Tämä tarkoittaa sitä, että jos se, jonka kanssa asut, jätti näytteen, josta todettiin covid-19, 1. päivänä lokakuuta, sinun on varattava aika näytteenottoon 6. lokakuuta (viisi päivää myöhemmin). Tämä koskee kaikkia, jotka asuvat tai ovat asuneet jonkun kanssa, jolla on covid-19 esikoululuokasta ylöspäin. Esikoululapsille ei suositella yleensä covid-19 näytteenottoa.
- Jos saat oireita ja käyt esikoululuokkaa tai olet sitä vanhempi, sinun on välittömästi [varattava aika covid-19 omanäytteenottoon \(PCR\)](#).

Jos sinulla on ollut covid-19 viimeisen puolen vuoden aikana ja asut tai olet asunut samassa asunnossa jonkun kanssa, jolla on covid.

- Sinun ei tarvitse pysytellä kotona tai jäädä pois koulusta tai työstä niin kauan, kun olet oireeton.
- Jos saat oireita, sinun ei tarvitse antaa näytettä, mutta sinun on pysyttävä kotona niin kauan, että olet ollut vuorokauden oireeton.

Jos sinulla on rokottamattomana ollut lähiyhteys henkilöön, jolla on covid-19, mutta et ole asunut samassa asunnossa tämän kanssa

- Sinun on tarkkailtava **erittäin huolellisesti oireita**, jotka voivat olla merkki covid-19:stä.
- Jos saat oireita, [sinun on välittömästi varattava aika omanäytteenottoon](#) (koskee esikoululuokkalaisia ja sitä vanhempia).
- Jos olet ollut **kasvotusten alle 2 metrin etäisyydellä yli 15 minuuttia** jonkun kanssa, joka on voinut olla tartuttava ja saat tiedon, että sinun on annettava näyte myös, vaikka sinulla ei ole oireita, sinun on varattava aika [omanäytteenottoon](#) 1177.se kautta. Tämä on tehtävä mahdollisen tartunnan leviämisen havaitsemiseksi. Ellei ensimmäisestä näytteestä löydy covid-19:ää, sinun on **tehtävä testi uudelleen** noin viisi päivää sen jälkeen, kun altistuit tartunnalle. (ei koske lapsia ala- ja keskiasteella).
- Tee etätyötä, jos se on mahdollista.
- Ilmoita päälliköllesi/rehtorille, että olet voinut altistua tartunnalle.
- Seitsemän päivän aikana siitä, kun jouduit viimeksi alttiiksi tartunnalle, sinun tulee tavata mahdollisimman vähän muita ihmisiä ja pitää tarkasti etäisyyttä muihin. Saat mennä kouluun ja töihin, mutta sinun on **jäätävä pois kaikista vapaa-ajan aktiviteeteista**. Tämä on voimassa, vaikka olet jättänyt näytteen, josta ei todettu covid-19:ää. Vapaa-ajantoimintoja koskevat suuntalinjat Västmanlandissa rokottamattomille lähikontakteille ovat rajoittavampia kuin kansalliset suuntailijat, koska covid-19 tartuntoja on runsaasti läänissä ja tartunnat ovat levinneet monesti vapaa-ajantoimintaa harjoittavissa ryhmissä.
- Huolehdi tarkasti käsihygieniasta.

Jos sinut on rokotettu ja olet ollut lähiyhteydessä henkilöön, jolla on covid-19, mutta et ole asunut samassa asunnossa tämän kanssa

- Sinun on tarkkailtava **erittäin huolellisesti oireita**, jotka voivat olla merkki covid-19:stä.
- Jos saat oireita, [sinun on välittömästi varattava aika omanäytteenottoon](#) (koskee esikoululuokkalaisia ja sitä vanhempia).
- Huolehdi tarkasti käsihygieniasta.

Jos sinulla on ollut covid-19 viimeisen puolen vuoden aikana ja olet ollut lähiyhteydessä henkilöön, jolla on covid-19, mutta et asu samassa asunnossa tämän kanssa

- Sinun ei tarvitse pysytellä kotona tai jäädä pois koulusta, työstä tai vapaa-ajan aktiviteeteista niin kauan, kun olet oireeton.
- Jos saat oireita, sinun ei tarvitse antaa näytettä, mutta sinun on pysyttävä kotona niin kauan, että olet ollut vuorokauden oireeton.

Mitä pitää tehdä, jos saan oireita?

Henkilöt esikoululuokilta ja iäkkäämmät

Jos saat lieviäkin oireita, sinun on **jäättävä kotiin** ja **tilattava aika covid-19-näytteenottoa varten**. Ohjeet näytteenottoajan tilaamisesta löydät täältä [Näytteenotto covid-19 Västmanlandissa](#) Näytteen tutkimustuloksia odottaessa sinun tulee noudattaa suosituksia, kuin sinulla olisi covid-19. Saat lisätietoja tilatessasi ajan näytteenottoon.

Esikoululapset

Oireita saaneiden esikoululasten tulee pysyä kotona, jos oireet voivat olla merkinä hengitysteiden infektiosta. Merkkejä hengitysteiden infektiosta voivat olla esimerkiksi kurkkukipu, kuume, yskä ja sairautentunne.

Heille ei tavallisesti tarvitse tehdä covid-19 testiä.

Lapset, jotka ovat jääneet kotiin, voivat tulla takaisin esikouluun, kun he

- ovat olleet kuumeettomia vuorokauden ja
- tuntevat itsensä terveeksi, vaikka heillä on edelleen tiettyjä hengitysteiden oireita.

Useimmissa tapauksissa heidän tarvitsee olla kotona parista päivästä viikkoon.

Miten menettelen tarvitessani sairaanhoitoa covid-19:n tai jonkin muun sairauden vuoksi?

Jos tarvitset neuvontaa, soita ensisijaisesti terveystieteiden keskuksesi tai 1177 Sairaanhoitoneuvontaan. Jos sairautesi on henkeä uhkaava. Soita 112. Kerro, että olet voinut saada covid-19-tartunnan.

Mistä löydän lisätietoja covid-19:stä?

Lue lisää covid-19:stä sivulta [Tietoja covid-19 koronaviruksesta](#)

Päivitetty viimeksi:

19.12.2021

Toimittaja:

Caroline Sönnnerlid, Västmanlandin alue

Tarkastanut:

Daniel Heimer, tartuntasuojan apulaislääkäri, Västmanlandin alue