

# Koronavirus: toimintaohjeet kansalaisille

Ohjeita on päivitetty 16.3.2020 sairaanhoitopiirin ohjeiden pohjalta.

Kaikkia koronavirusepäilyjä ei enää testata **eikä kansalaisten tarvitse enää soittaa** omasta epäilystään omalle terveysasemalleen tai Päivystysapuun 116 117. Terveysasemien ja Päivystysapu-palvelun turhaa kuormittamista tulee välttää, jotta kiireellistä hoitoa tarvitsevat henkilöt saavat apua nopeammin.

Henkilöt, jotka sairastuvat lieväoireiseen hengitystieinfektioon (nuha, yskä, kurkkukipu, lihassärky tai kuume), **voivat jäädä rauhassa kotiin lepäämään** (ovat he olleet ulkomailla tai eivät). Kotona pitää pysytellä, kunnes akuutit oireet (kuume, kurkkukipu ja lihassärky) lieventyvät.

Jos koet, että **et pärjää kotona omin ohjein tai sinulle tulee vakavia oireita**, kuten hengenahdistusta tai yleistilasi laskee, voit ottaa yhteyttä puhelimitse

puh 044 459 8500 Saarijärven terveysasema

puh 040 157 8919 Karstulan terveysasema

tai Päivystysapuun 116 117. Puhelinyhteydenotto on välttämätön, jotta sairastunut ei levittäisi tautia terveysasemalla tai yhteispäivystyksessä.

Sairaanhoitopiiri on linjannut, että näytteenotossa keskitytään nyt ryhmiin, joiden kohdalla tartuntojen selvittäminen on kriittisintä. Tällaisia ovat:

- Henkilöt, joilla on sairaalahoitoa vaativa hengitystieinfektio.
- Terveys- ja sosiaalihuollon henkilöstöön kuuluva, mikäli hänelle ilmaantuu lieviäkin hengitystieoireita 14 vuorokauden sisällä (joko oman tai läheisen) ulkomaan matkan jälkeen tai hän on ollut lähikontaktissa laboratorion kautta varmistetun koronavirustartunnan saaneen potilaan kanssa ennen oireiden alkua.
- Infektiolääkärin ohjeistuksen perusteella näytteet voidaan ottaa myös pitkäaikaishoidon ja hoivan asiakkailta tai asukkailta epidemiaepäilytilanteissa.

## Tietoa koronaviruksesta

**Yleistä koronavirustietoa kansalaiset saavat valtakunnallisesta**

**puhelinneuvontanumerosta 0295 535 535.** Neuvontanumero palvelee arkipäivisin klo 8–21 ja lauantaisin klo 9–15. Neuvonnasta saa yleistä koronavirustietoa. Puhelinneuvonnasta ei saa terveysneuvontaa eikä ohjausta päivystyksellisissä akuuteissa oireissa.

[Ajankohtaista tietoa koronaviruksesta löytyy THL:n verkkosivuilta.](#)