

14.01.2022

Toimintaohje karanteeniin määrätyle

Olet altistunut koronavirukselle. Tartuntataudeista vastaava lääkäri on määrännyt sinut karanteeniin tartuntatautilain perusteella. Lääkäri kirjoittaa sinulle karanteenitodistuksen altistuspäivämäärästä (sairaslomatodistus tarpeen mukaan). Karanteeni kestää yleensä 10 vrk, mutta voi olla pidempi jos asut samassa taloudessa covid-positiivisen henkilön kanssa. Altistuminen ei tee sinusta vielä taudinkantajaa. Karanteeniin määrääminen on välttämätön varotoimenpide, jolla hillitään viruksen leviämistä. Negatiivinen Covid 19 näyte, EI lyhennä karanteeniaikaa.

Laajoissa altistustilanteissa, esim kouluissa tai päiväkodeissa voidaan altistustiedote antaa esim. Wilman tai Päikkyn kautta.

Jos saat karanteenin aikana hengitystieinfektion oireita (kuumetta, yskää tai hengenahdistusta), sinun tulee hakeutua kunnan koronatestiin.

Sinun täytyy pysyä karanteenin aikana kotona, mutta voit esimerkiksi ulkoilla omalla pihalla, käydä kävelyllä tai ulkoiluttaa koiraa, kun pidät riittävän etäisyyden muihin ihmisiin. Muu perhe saa liikkua vapaasti töissä ja harrastuksissa.

Voit kotonasi toimia ilman rajoituksia. Saat osallistua ruuanlaittoon ja syödä läheistesii kanssa kuten ennenkin.

Huolehdi hyvästä käsi- ja yskimishygieneiasta. Niistä ja yski paperinenäliinaan ja heitä se heti käytön jälkeen roskeiin. Pese kädet saippualla ja vedellä ja kuivaa huolellisesti käsipyyhkeeseen ennen aterioita, wc-käynnin jälkeen ja esimerkiksi vaihdettuasi vauvalle vaipan.

Karanteenin aikana ette voi mennä kauppaan tai käydä hoitamassa muita asioita. Pyydä apua perheenjäseniltä tai ystäviltä. Jos asut yksin, voit tilata paikalliselta kaupalta ruokakassin toimitettavaksi kotiovelle. Pyydä, että tuoja jättää ruuat oven taakse ja soittaa ovikelloa lähtiessään, niin tiedät käydä hakemassa ostokset ovelta.

Mustasaaren kunta voi auttaa sinua eri palvelujen kanssa mm ruokakuljetuksien kanssa:

Palveluohjaus ja palveluneuvonta, klo 9 - 11

Sepänkylä-Böle, Etelä- ja itä-Mustasaari, Sulva, puh. 06 327 7590

Pohjois-Mustasaari, Koivulahti, Raippaluoto-Björköby, puh. 06 327 7591

Voit käydä myös postilaatikolla. Jos asut kerrostalossa ja menet ulos, pidä portaikossa terveyskeskuksen suu-nenäsuojusta. Terveyskeskus antaa suu-nenäsuojat ilmaiseksi. Voit pyytää läheistä hakemaan sinulle suu-nenäsuojuksia terveyskeskuksesta, soita ennen varastoon, puh 06 327 7535.

Jos tarvitset sairaanhoitoa karanteeniaikana, ota yhteyttä terveyskeskukseen tai keskustele asiasta hoitajan kanssa, joka soittaa sinulle joka päivä.

Korvaus hakemus

Olet velvollinen sakon uhalla noudattamaan lain määräyksiä karanteenista ja olemaan jatkuvasti tavoitettavissa puhelimitse. Täysi-ikäisellä karanteeniin määrätyllä on oikeus tartuntatautipäivärahaan, joka korvaa ansionmenetyksen karanteenijalta. Saat tarvitsemasi paperi, karanteenipäätös, kotiin postitse, hakulomakkeen (SV8) voit täyttää Kelan verkkosivuilla (Kelan info: https://www.kela.fi/tartuntatauti_nain-haet). Yleensä tartuntatautipäivärahaa haetaan itse, mutta asia on hyvä tarkistaa työnantajalta.

Tartuntatautipäiväraha on 100 prosenttia karanteeniin määrätyn henkilön tuloista. Päiväraha on verollinen. Tulotiedot saa työnantajalta. Hakemukseen tarvitaan kopio karanteenipäätöksestä.

Tartuntatautipäiväraha maksetaan maksukausittain jälkikäteen. Ensimmäinen maksukausi on kuusi ensimmäistä arkipäivää ja kukin seuraava 25 arkipäivää. Tartuntatautipäivärahassa ei ole omavastuu-aikaa, ja se korvaa ansionmenetyksen ensimmäisestä karanteeni- tai eristyspäivästä lähtien.

Jos olet alle 16-vuotias, toinen huoltajistasi jää kotiin valvomaan sinua ja karanteenipäätöksen noudattamista. Huoltaja voi hakea Kelan maksamaa tartuntatautipäivärahaa, joka korvaa täysimääräisesti ansionmenetyksen.

Clas-Göran Smeds

Yhteistoiminta-alueen apulaisylilääkäri
Tartuntataudeista vastaava lääkäri