

Ohje sairaalasta kotiutuvalle koronavirusinfektion sairastaneelle potilaalle

Eristyksen kesto kotioloissa

Kotiuduttuasi kotieristystä jatketaan pääsääntöisesti, kunnes olet ollut 2 vuorokautta (48 t) oireeton, ja oireiden alusta/ koronatestauksesta on kulunut vähintään 14 vuorokautta.

Eristyspäätöksestä ja sen loppumisesta päättää kunnan tartuntataudeista vastaava lääkäri. Jos sinulla on oireita vielä kotiutuessa, kunnan tartuntataudeista vastaava lääkäri tai hoitaja on yhteydessä kotiutuksen jälkeen ja antaa lisäohjeita eristyksen kestosta.

Tartuntatauti hoitaja soittaa sinulle päivittäin ja tarkistaa vointisi.

Mitä kotieristys/eristyspäätös tarkoittaa?

- Pysy kotona, kunnes kunnan tartuntataudeista vastaava lääkäri purkaa eristyksen.
- Huolehdi hyvästä käsi- ja yskimishygieniasta.
- Käytä henkilökohtaista pyyhettä tai paperipyyhkeitä käsien kuivaamiseen.
- Huolehdi hyvästä ilmanvaihdosta yhteisissä tiloissa, esim. avaamalla ikkunat WC:ssä, kylpyhuoneessa tai keittiössä.
- Älä käytä taloyhtiön yhteisiä tiloja, kuten pesutupaa tai saunaa, kun olet eristyksessä.
- Samassa taloudessa asuvat voivat pienentää tartuntariskiä välttämällä lähikosketusta sairastuneen kanssa ja huolehtimalla hyvästä käsihygieniasta erityisesti, jos on käsitellyt sairastuneen nenäliinoja ja pyykkiä.
- Jos mahdollista, muiden samassa taloudessa asuvien tulisi olla toisessa huoneessa. Jos tämä ei ole mahdollista, tulisi etäisyyden sairastuneeseen olla yli 2 metriä. Sairastuneen tulisi nukkua eri vuoteessa.
- Pese liinavaatteet tavanomaiseen tapaan. Kun olet käsitellyt likaisia pyykejä, pese kätesi huolellisesti vedellä ja saippualla tai alkoholikäsihuuhteella.
- Pese sairastuneen henkilön käyttämät liinavaatteet, aterimet ja astiat normaaliin tapaan.
- Kosketus- ja pöytäpinnat on hyvä pyyhkiä päivittäin tavanomaisella puhdistusaineella. Kosketuspintoja ovat mm. ovenkahvat, hanat, jääkaapin ovi, kahvinkeitin, kaukosäätimet.
- Älä kutsu vierailijoita kotiin eristyksen aikana.

Saanko sairauslomaa?

Tulet saamaan tartuntatautilain alaisen eristyspäätöksen, jossa tartuntatautipäiväraha on täysimääräinen korvaus ansionmenetyksestä. Tartuntatautipäiväraha myönnetään koko työstä poissaolopäätöksen ajalle ilman enimmäisaikaa.

Jos et ole vielä työkyntoinen, kun kunnan tartuntataudeista vastaavan lääkäri purkaa eristyspäätöksen tartuttavuuden loppumisen vuoksi, ja tarvitset oireiden vuoksi sairauslomaa, ole puhelimitse yhteydessä hoitavaan lääkäriin, omalle terveysasemalle tai työterveyshuoltoosi.

Verisuonitukoksia estävä lääkitys

Koronavirusinfektioon liittyy suurentunut hyytymishäiriöriski sekä laskimo- tai keuhkoveritulpan riski. Tämän estämiseksi käytetään ihon alle pistettävää estolääkettä. Useimmilla potilailla veritulppaa estävä lääkitys jatkuu kotiutumisen jälkeen vielä 2-4 viikon ajan. Lääkärisi määrittää annoksen ja hoidon keston yksilöllisesti. Hoitaja neuvoo lääkkeen pistämisen ennen kotiutusta. Lääke on maksuton ja saat sen mukaan osastolta. Jos sinulla on käytössä muu veren hyytymiseen vaikuttava lääkitys, saat erilliset ohjeet siitä, miten siirryt takaisin aiempaan lääkitykseesi.

Mikäli sinulle tulee vuoto-oireita (kuten verta virtsassa, hyvin runsaat kuukautiset tai nenäverenvuotoa), ota heti yhteys hoitavaan lääkäriisi tai terveyskeskukseen. Jos jalkasi turpoaa ja kipeytyy, ota yhteys Päivystysapuun numeroon 116 117, jotta voidaan arvioida, tarvitaanko tutkimuksia laskimoveritulpan pois-sulkemiseksi.

Miten toimia, jos oireet pahenevat kotiutuksen jälkeen

Jos oireesi pahenevat (erityisesti, jos hengitys muuttuu raskaammaksi tai alkaa hengästyttää tavallista enemmän pienissäkin askareissa, jopa levossa tai tunnet olosi tulevan nopeasti huonommaksi), ole yhteydessä Päivystysapuun numeroon 116 117. Kerro puhelussa, että sinulla on todettu koronavirustartunta.

Jos tunnet olosi tulevan nopeasti huonommaksi ja/tai sinulla on vaikea hengenahdistus, ole yhteydessä tai pyydä omaistasi olemaan yhteydessä Hätäkeskukseen numeroon 112. Hätäkeskukseen tulee olla yhteydessä vain vakavissa tapauksissa). Puhelun yhteydessä tulee kertoa todetusta koronavirusinfektiosta.

Miten toimia, jos myös perheenjäseneni sairastuu

Sairastuneen kanssa samassa taloudessa asuvat perheenjäsenet ovat altistuneet koronavirustartunnalle eli heidän on mahdollista saada tartunta. Kotikunnan tartuntataudeista vastaava lääkäri on määrännyt heidät kotikaranteeniin. Jos perheenjäsenesi sairastuu koronavirusinfektion oireisiin, hänellä on todennäköisesti koronavirusinfektio. Oireita voivat olla kuume, yskä, nuha, hengenahdistus, lihaskivut, kurkkukipu, väsymys, maku- tai hajuaistin menetys, vatsakipu tai ripuli.

Jos perheenjäsenesi on lieväoireinen, hänen tulee soittaa Päivystysapuun numeroon 116117 tai omalle terveysasemalle. Hänet ohjataan koronavirustestiin. Jos oirekuva on vaikeampi (esim. hengenahdistus tai vointi huononee nopeasti), soitetaan Hätäkeskukseen numeroon 112. Puhelun yhteydessä tulee kertoa koronavirustartuntaepäilystä.