

COVID-19

Suositus omaehtoisesta karanteenista matkustajille

Kun saavut Suomeen, sinun suositellaan olevan 14 vuorokauden ajan omaehtoisessa karanteenissa. Omaehtoisessa karanteenissa voi käydä töissä, kunhan sopii asiasta työnantajan kanssa, sekä liikkua työpaikan ja asuinpaikan välillä. Myös muu välttämätön liikkuminen on sallittua. Omaehtoisen karanteenin aikana julkisen liikenteen käyttämistä tulisi välttää.

Jos tulet sosiaali- ja terveydenhuollon työtehtäviin, sinun on syytä sopia työnantajasi kanssa mahdollisista työjärjestelyistä. Työnantajan tulee arvioida tartuntariski ja muuttaa tarvittaessa työtehtäviäsi 14 vrk ajan maahan saapumisesta asiakas- ja potilasturvallisuuden sekä työyhteisön turvallisuuden varmistamiseksi.

Huomioi, että monessa osassa maailmaa COVID-19-tautia esiintyy Suomea selvästi enemmän. Suuri osa sairastumisista tapahtuu 4–6 päivän sisällä tartunnalle altistumisesta ja viimeistään kahden viikon sisällä. Jos matkan jälkeen epäilet saaneesi tartunnan, hakeudu koronavirustestiin matalalla kynnyksellä. Näin toimien voit myös suojata läheisiäsi ja muita ihmisiä.



Pese kätesi saippualla huolellisesti ja usein. Jos et voi pestä käsiäsi, käytä alkoholipohjaista tai muuta kemikaaliviranomaisen hyväksymää käsihuuhdetta.



Yski ja aivasta kertakäyttöiseen nenäliinaan. Laita käytetty nenäliina heti roskeen. Jos sinulla ei ole nenäliinaa, yski tai aivasta hihaan, älä käsiisi.



Vältä väkijoukkoja ja lähikontakteja niin paljon kuin mahdollista. Käy vain välttämättömillä asioilla. Ellei sosiaalista kanssakäymistä voida välttää, kiinnitä erityistä huomiota turvaväliin.



Pidä 1-2 metriä etäisyyttä toisiin ihmisiin. Jos lähikontaktia ei voida välttää, pese kätesi saippualla ja vedellä välittömästi kontaktin jälkeen.

Jos epäilet tartuntaa

Ota välittömästi yhteyttä terveydenhuoltoon. Voit tehdä oirearvion osoitteessa [Omaolo.fi](https://omaolo.fi) tai soittaa alueen terveyskeskukseen, päivystykseen tai Päivystysavun numeroon 116 117.

Lisätietoja

Koronaviruksesta Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen verkkosivuilla: thl.fi/koronavirus
Rajanylityksestä Rajavartiolaitoksen sivuilla: raja.fi/koronainfo

Tarkista QR-koodista, koskeeko ohje sinua.

