



## OHJEITA KARANTEENIN TAI ERISTÄMISEN AJALLE

Kun sinut on määrätty karanteeniin tai eristykseen koronavirustartuntojen leviämisen hillitsemiseksi, on tärkeää, että noudatat näitä ohjeita, etkä altista ylimääräisiä ihmisiä mahdolliselle tartunnalle.

### Mitä eristys ja karanteeni tarkoittavat?

Eristyksellä tarkoitetaan jo tartunnan saaneen potilaan eristämistä terveistä ihmisistä. Eristys voidaan toteuttaa sairaalassa tai kotona.

Karanteeni on tartuntatautilain mukainen toimenpide, jolla voidaan hillitä tartuntatautien leviämistä. Sillä tarkoitetaan terveen henkilön liikkumisvapauden rajoittamista, sillä osa infektiosairauksista voi tarttua jo ennen varsinaisten oireiden puhkeamista. Karanteenilla estetään mahdollisen tartunnan leviäminen muihin henkilöihin.

Karanteeniin asettaminen ei automaattisesti tarkoita, että olisit saanut tartunnan. Kyseessä on varotoimi, jolla rajoitetaan kulkemistasi, kunnes tiedetään, onko virukselle altistuminen aiheuttanut tartunnan. Perheessäsi voi siten olla tilanne, jossa vain yksi jäsen on karanteenissa. Muu perhe voi tuolloin toimia normaalisti. Mikäli sinulle tulee karanteenin aikana oireita, ole yhteydessä sovitusti terveydenhuoltoon.

Tartuntatautilain mukaan eristykseen tai karanteeniin voi asukkaita määrätä kunnan tai sairaanhoidopiirin tartuntataudeista vastaava lääkäri. Virallinen päätös karanteenista tai eristyksestä annetaan sinulle sairauslomastodistuksena tai se lähetetään sinulle erillisenä päätöksenä.

Huomatkaa, että perheessänne voi olla myös jäseniä, jotka eivät ole karanteenissa tai eristyksessä. He voivat toimia normaalisti eikä seuraava ohjeistus koske heitä.

### Mitä eristyksen ja karanteenin aikana saa tehdä ja mitä ei?

- Karanteeniin tai eristykseen määrätyn henkilön pitää pysytellä kotioiloissa.
- Kotiin ei saa kutsua vieraita eikä lähteä itse kyläilemään tuttavien luokse.
- Karanteenissa saa ulkoilla, kunhan ei ole lähikontaktissa toisten ihmisten kanssa.
- Pidä ulkoilmassakin noin 1–2 metrin välimatka vastaantuleviin ihmisiin.
- Karanteenin aikana ei saa mennä julkisiin sisätiloihin, kuten kauppaan, apteekkiin, terveysasemalle, työpaikalle, päiväkotiin, kouluun, kirjastoon, ravintolaan tai yleisötapahtumiin.
- Muista hyvä käsihygienia!
  - Älä koske paljain käsin porraskäytävän kaiteisiin tai ovenkahvoihin.
  - Käytä roskalaatikolla tai postilaatikolla käsineitä koskiessasi luukkuihin tai kahvoihin.
- Yski oikein, eli suojaa yskiessäsi suu puhtaalla nenäliinalla tai yski hihaan. Älä yski sellaisia pintoja päin, joita muut ihmiset voivat koskettaa. Koronavirus tarttuu pisaratartuntana ja elää pinnoilla – tutkimusten mukaan jopa useita päiviä.
- Ruoka- tai apteekkiostosten tekemisessä pyydä apua ystäviltä, sukulaisilta tai naapureilta. Sovi heidän kanssaan ostosten jättämisestä asunnon ulkopuolelle.
- Kaupoilla on käytössä erilaisia kotiinkuljetuspalveluita. Jos käytät kauppapalvelua, maksa ostokset etukäteen ja sovi niiden jättämisestä asunnon ulkopuolelle.
- Myös apteekeilla on käytössä verkkokauppapalveluita. Apteekkipalveluita käyttäessäsi maksa ostokset etukäteen ja sovi niiden toimittamisesta erikseen.



### **Ruokahuolto karanteenin tai eristyksen aikana, jollei apua saa muutoin**

Jos ruokahuollon tai apteekkipalveluiden järjestäminen kotiin ei onnistu läheisten toimesta, ota yhteyttä keskitettyihin palvelunumeroihin ja sovi palveluiden toteuttamisesta.

### **Lasten hoitaminen vanhempien sairastuessa**

Jos perheesi on eristyksissä ja vanhemmat tai huoltajat ovat niin sairaana, etteivät pysty hoitamaan lapsia tai joutuvat itse sairaalahoitoon, lasten hoitamiseen saa apua virka-aikana kunnan perhepalveluista ja virka-ajan ulkopuolella tarvittaessa sosiaalipäivystyksen kautta.

### **Tartuntatautipäiväraha varmistaa toimeentulon karanteenin ja eristyksen aikana**

Tartuntatautipäivärahaa eristyksen ja karanteenin aikana maksaa Kela, jonka antamat ohjeet löytyvät kokonaisuudessaan Kelan sivulta: [Tartuntatautipäiväraha](#). Sivujen kautta voi myös täyttää hakemuksen päivärahasta sähköisesti. Tarvitset hakemukseen:

- kunnan tartuntataudeista vastaavan lääkärin antaman päätöksen työstä poissaolosta tai
- -lääkärintodistuksen, jossa on vastaavat tiedot työstä poissaolosta ja jonka on allekirjoittanut tartuntataudeista vastaava lääkäri
- lisäksi hakemukseen pitää täyttää työnantajasi yhteystiedot
- Kela pyytää työnantajaltasi tiedot ansionmenetyksen määrästä.

Tartuntatautipäiväraha korvaa ansionmenetystä, jos sinut on määrätty olemaan poissa työstäsi, karanteeniin tai eristykseen tartuntataudin leviämisen estämiseksi. Voit saada tartuntatautipäivärahaa, vaikka et ole työkyvytön. – Jos voit tehdä etätöitä, ei ansionmenetystä synny, eikä siten myöskään oikeutta tartuntatautipäivärahaan.

Alle 16-vuotiaan lapsen huoltajana voit saada tartuntatautipäivärahaa, jos lapsesi on määrätty olemaan kotona tartuntataudin vuoksi etkä voi siksi mennä töihin.

Kelan asiointipalvelusta näet myös tartuntatautipäivärahan seuraavan maksupäivän. Päivärahaa maksetaan niin kauan kuin päätös työstä poissaolosta, karanteeni tai eristäminen jatkuu. Tartuntatautipäivärahaa verotetaan kuten sairauspäivärahaa.