

COVID-19 juhised

- Mistahes haigustunnuste korral peavad jääma koju nii vaktsineeritud kui ka vaktsineerimata inimesed. Kõige sagedasemad COVID-19 haiguse tunnused on peavalu, haistmis- või maitsmismeele kadu, ninakinnisus, köha, väsimus, nõrkustunne, lihasvalu, nohu, kurguvalu, palavik.
- Kerge nohu või köhaga võib haridus- ja noorsootöös viibida siis, kui haigustunnuste päritolu on teada, näiteks on inimene paranenud mõnest hooajalisest nakkushaigusest, tema enesetunne on üldiselt hea, aga jäänud on kerge jääkköha või -nohu. Samuti juhul, kui on tegemist allergilise seisundiga.
- **Haigussümptomitega positiivse kiirtesti saanud tuleb jääda koju kuni tervenemiseni, kuid mitte vähem kui 5 päevaks (eeldusel, et vähemalt 24 h ei ole olnud palavikku).**
- Kui antigeeni kiirtest on positiivne, kuid haigussümptomid puuduvad, siis on soovitatav koju jääda ja teha järgmisel päeval kordustest. Kui ka see on positiivne, siis pöörduda perearsti poole, kes annab nõu konkreetsest juhtumist lähtudes.
- COVID-19 haigega kokku puutunud lähikontaktisel/ pereliikmetel tuleb hoolega jälgida oma tervist, kiirtestida igal hommikul, haigustunnuste korral jääda koheselt koju ja testida (vajadusel korduvalt). Vajadusel võtta ühendust perearstiga.

Palun teavitage klassijuhatajat, kui laps on saanud positiivse COVID-19 Ag kiirtesti!

- Viirushaiguste ennetuses on oluline kätepesu/ desinfitseerimine:
 - pärast nuuskamist, köhimist või aevastamist;
 - enne ja pärast söömist;
 - pärast tualetis käimist;
 - ühiskasutatavates ruumides/ õues viibimist.
- Vältida tuleb silmade, nina ja suu, aga ka teiste inimeste ja esemete katsumist, et viirus ei leviks.
- Köhides ja aevastades tuleb nina ja suu katta küünarvarre või salvrätikuga ning visata salvrätik kohe prügikasti.