



## JUHIS COVID-19 HAIGE LÄHIKONTAKTSELE

Terviseameti andmetel on teil olnud lähikontakt isikuga, kellel on laboratoorselt ja/või arsti kinnitatud koroonaviirus SARS-CoV-2. Kõik haigestunud isikuga lähikontaktis olnud inimesed peavad jääma koju eneseisolatsiooni. Eelpool toodu kehtib ka olukorras, kus koroonaviirusega kokkupuude on toimunud ümbritseva keskkonna (saastunud pinnad, hooned jne) kaudu.

**Tulenevalt COVID-19 nakkushaiguse peiteperioodist palume Teil viibida kodus 10 päeva alates lähikontaktist ning jälgida oma tervislikku seisundit.** Kuigi testimine ei ole kohustuslik, on Terviseameti soovitus lähikontaktsetel 10-kalendripäevase karantiini lõppemisel läbida SARS-CoV-2 testimine, et avastada võimalik asümptomaatiline haigestumine. Teavitage esimesel võimalusel oma perearsti enda kokkupuutest COVID-19 haigestunuga. Tervise seisundi halvenemisel teavitage taaskord oma perearsti ning järgige edasisi perearsti juhiseid.

### Siin on Teile käitumisjuhised 10-päevaseks jälgimisperioodiks:

1. Kasutage kaugtöö ja -õppimise võimalust.
2. Äрге lahkuge oma kodust või viibimiskohast:
  - a. v.a igapäevaseks toimetulekuks hädavajaliku hankimiseks;
  - b. v.a arsti kutsel raviausutuse visiidiks;
  - c. v.a teiste isikutega täielikku kontakti vältides õues (pargis, metsas jne) viibimiseks.
  - d. v.a kui 10 päeva pärast Terviseameti poolt tuvastatud lähikontakti tehtud SARS-CoV-2 PCR analüüsi tulemus on negatiivne
3. Järgige terviseohutuse nõudeid:
  - a. peske regulaarselt seebi ja sooja veega käsi ja vajadusel desinfitseerige arvestades, et viirus võib levida saastunud esemetelt;
  - b. vältige kätega näo, silmade, suu ja nina puudutamist;
  - c. tuulutage regulaarselt ruume (vähemalt kaks korda päevas minimaalselt 15 minutit korraga);
  - d. köhimisel/aevastamisel katke nina ja suu paberräti või käsivarrega (kasutatud paber visake kohe ära ja seejärel peske käed).
4. Kui olete sunnitud igapäevaseks toimetulekuks hädavajalikkude muretsedes viibima avalikus kohas kandke võimalusel maski.

Täiendavate küsimuste korral tutvu piiranguid kehtestavate õigusaktide ja vajadusel nende seletuskirjadega veebiaadressil <https://www.kriis.ee/et/hadaolukorra-aegsed-oigusaktid>.

**Teadmiseks teiega koos elavatele inimestele – seni kui teil ei esine haigussümptomeid (NB! ka kerge väsimustunne ja kriipiv kurk on sümptomid), ei pea teie pereliikmed kodus püsima, vaid saavad jätkata oma igapäevase tegevusega. Kui teil tekivad haigussümptomid (tavaliselt 4.-6. päeval peale lähikontakti toimumist), siis on ka teie pereliikmed teie lähikontaktid ja peavad samuti koheselt koju jääma.**

Juhul, kui teil või teiega koos elaval inimesel:

1. **tekivad haigussümptomid**<sup>1</sup>, siis helistage esimesel võimalusel perearstile või perearsti infotelefonile 1220;
2. öelge, et olete olnud lähikontaktis COVID-19 nakatunuga;

<sup>1</sup> COVID-19 sümptomid on leitavad: <https://www.terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus/sumptomid>



3. kirjeldage perearstile oma tervislikku seisundit ja järgige arsti juhiseid;
4. kui teie tervis järsult halveneb, siis helistage 112.

**NB! Helistamise ajal palume kindlasti teavitada eelnevast kontaktist COVID-19 juhtumiga.**

Haigustunnuste ilmnemisel palume ise mitte minna haigla erakorralise meditsiini osakonda ega perearsti vastuvõtule, vaid esmalt küsida ravisoovitused ning juhised telefoni teel. Haigustunnuste ilmnemisel või tervisliku seisundi halvenemisel palume kindlasti teavitada ka Terviseametit.

Koroonaviiruse alane lisainfo on leitav:

1. Terviseameti leheküljelt <https://www.terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus>
2. Koroonakriisi leheküljelt <https://www.kriis.ee/et/eriolukord-koroonaviirus>

**Ole teadlik, et:**

nakkushaiguste ennetamise ja tõrje seaduse (edaspidi NETS)<sup>2</sup> § 22 lg 3 alusel on nakkushaiguste tõrje ja leviku tõkestamiseks kehtestatud Sotsiaalministri 31.10.2003 määrus nr 123 „Nakkushaiguste tõrje nõuded“<sup>3</sup>. Nimetatud määruse punkti 3<sup>1.2</sup> kohaselt peavad kõik COVID-19 nakkusesse haigestunuga lähikontaktis olnud isikud jääma koju eneseisolatsiooni vastavalt arsti otsusele ning lähtudes Terviseameti juhistest. Sama punkti kohaselt peab COVID-19 kahtlusega laps püsima kodus ja teda ei tohi viia lasteasutusse, sealhulgas kooli ega lastele mängimiseks mõeldud avalikku ruumi või alale.

NETS § 44 lg 1 kohaselt teeb järelevalvet Terviseamet. Nõuete täitmata jätmisel rakendatakse korrakaitseseaduse<sup>4</sup> (edaspidi KorS) § 28 lg 2 või 3 nimetatud haldussunnivahendeid ja/või NETS § 46 lg 1-2 nimetatud vastutusmeetmeid. Vastavalt KorS § 28 lg 2 on sunniraha igakordse kohaldamise ülemmäär 9600 eurot. Vastavalt NETS § 46 lg 1-2 on nakkushaiguste tõrje nõuete rikkumise eest ette nähtud füüsilisele isikule rahatrahv kuni 200 trahviühikut ning juriidilisele isikule kuni 32 000 eurot.

---

<sup>2</sup> Vt <https://www.riigiteataja.ee/akt/117052020007?leiaKehtiv>

<sup>3</sup> Vt <https://www.riigiteataja.ee/akt/115052020021?leiaKehtiv>

<sup>4</sup> Vt <https://www.riigiteataja.ee/akt/106052020013?leiaKehtiv>