



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 7 päeva alates lähikontaktist ning jälgida oma tervislikku seisundit. Teavitage esimesel võimalusel oma perearsti enda kokkupuutest COVID-19 haigestunuga. Terviseseisundi halvenemisel teavitage taaskord oma perearsti ning järgige edasisi perearsti juhiseid.

Kuigi testimine ei ole kohustuslik, on Terviseameti soovitus lähikontaktsetel 7-kalendripäevase karantiini lõppemisel läbida SARS-CoV-2 testimine, et avastada võimalik asümptomaatiline haigestumine.

Korralduses nimetatud 7-kalendripäevast elukohas või püsivas viibimiskohas viibimise kohustust ja COVID-19 haigust põhjustava koroonaviiruse SARS-CoV-2 testimise nõudeid ei kohaldata, kui:

- isik on mitte rohkem kui 180 päeva tagasi COVID-19 haiguse läbi põdenud;
- isik on läbinud COVID-19 haiguse vastase vaktsineerimise kuuri, saavutanud viimase vaktsiinidoosi järel maksimaalse kaitse ning viimasest vaktsiinidoosist ei ole möödunud rohkem kui üks aasta;
- isik on COVID-19 haiguse läbipõdemise järel saanud ühe doosi vaktsiini, saavutanud vaktsiinidoosi järel maksimaalse kaitse ning viimasest vaktsiinidoosist ei ole möödunud rohkem kui üks aasta või ta on pärast esimese vaktsiinidoosi saamist haigestunud COVID-19 haigusse, on COVID-19 haiguse läbi põdenud ning diagnoosi kinnitava SARS-CoV-2 testi tegemisest või diagnoosi kinnitamise kuupäevast ei ole möödunud rohkem kui üks aasta.

Siin on Teile käitumisjuhised 7-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 raviasutuse visiidiks;
 - c. v.a teiste isikutega täielikku kontakti vältides õues (pargis, metsas jne) viibimiseks.
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 hädavajalikku muretsedes viibima avalikus kohas kandke võimalusel maski.

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



Lasteaias, -hoius, üldhariduskoolides ja kutseõppeasutustes kehtib lihtsustatud karantiini kord

- Kui lähikontakt COVID-19 viiruse kandjaga toimus lasteaias või -hoius, üldhariduskoolis või kutseõppeasutuses, võivad lapsed ja noored, kes ei ole COVID-19 haiguse vastu vaksineeritud või COVID-19 haiguse läbipõdenud, jääda lihtsustatud karantiini. See tähendab, et:
 - Lasteaialapsed saavad jätkata lasteaias või -hoius käimist ilma täiendava testimiseta.
 - Üldhariduskoolis või kutseõppeasutuses käivad õpilased saavad jätkata kontaktõppes vaid siis, kui täidetakse järgmised tingimused:
 - Pärast lähikontaktist teada saamist tuleb jääda koju **tavapärasesse** karantiini ning mitte varem kui neljandal päeval tuleb teha **PCR-test**. Selleks tuleb helistada testimiskeskuse numbril 6464 848 (E-R 8-19, L 10-16).
 - Kui test osutub negatiivseks, võib õpilane minna kooli ja koolis toimuvasse huviringi, st jätkub **lihtsustatud** karantiin kuni lähikontaktist möödub 7 päeva.
 - Positiivse testi korral tuleb võtta ühendust perearstiga ning jääda koju. Sellisel juhul lihtsustatud karantiinikord enam ei kehti.
 - **Lihtsustatud** karantiiniperioodi jooksul ei ole lubatud käia avalikes kohtades (kinos, kohvikus, teatris jms), kuid võib osaleda õppetegevuses ning huvihariduses, -tegevuses ja noorsootöös kui nad teevad mitte varem kui 4. päeval peale lähikontakti PCR-testi. Kuni testitulemuse selgumiseni tuleb jääda koju
 - Kui täielikult vaksineerimata õppija lähikontakt toimub väljaspool üldharidus- või kutsekooli, peab ta vanusest sõltumata jääma karantiini tavapärases korras.
 - Kui õpilane ei ole nõutud testi teinud, peab õpilane jääma tavapärases korras karantiini.
 - Kui õpilane on COVID-19 haiguse läbipõdenud viimase 6 kuu jooksul või selle vastu vaksineeritud, siis ta ei pea karantiini jääma ega sooritama ka PCR testi lähikontaktisuse korral.

Teadmiseks teiega koos elavatele inimestele. Kui neil ei esine haigussümptomeid, siis ei pea nemad kodus püsima, vaid saavad jätkata oma igapäevase tegevusega.

Juhul, kui teil või teiega koos elaval inimesel:

1. **tekivad haigussümptomid**¹, siis helistage esimesel võimalusel perearstile või perearsti infotelefonile 1220;
2. öelge, et olete olnud lähikontaktis COVID-19 nakatunuga;
3. kirjeldage perearstile oma tervislikku seisundit ja järgige arsti juhiseid;
4. kui teie tervis järsult halveneb, siis helistage 112.

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



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.

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)² § 22 lg 3 alusel on nakkushaiguste tõrje ja leviku tõkestamiseks kehtestatud Sotsiaalministri 31.10.2003 määrus nr 123 „Nakkushaiguste tõrje nõuded“³. Nimetatud määruse punkti 3^{1.2} 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 korrakaitseseaduse⁴ (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.

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

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

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