



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. 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 10-kalendripäevase karantiini lõppemisel läbida SARS-CoV-2 testimine, et avastada võimalik asümptomaatiline haigestumine.

Korralduses nimetatud 10-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 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 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, peavad lapsed ja noored, kes ei ole COVID-19 haiguse vastu vaksineeritud või COVID-19 haiguse läbipõdenud, jääma lihtsustatud karantiini. See tähendab, et:
 - <12-aastased lapsed saavad jätkata üldhariduskoolis ja lasteaias või -hoius käimist ilma täiendava testimiseta.
 - >12–18aastastele (kaasa arvatud) saavad jätkata üldhariduskoolis või kutseõppeasutuses käimist, vaid siis kui täidetakse järgmised tingimused:
 - Viivitamatult tuleb teha kiirtest haridusasutuses.
 - Kui kiirtesti tulemus on negatiivne ja haigustunnused puuduvad.
 - 72 tundi pärast lähikontakti tuleb teha RT-PCR-test.
 - Kui test osutub positiivseks, tuleb kohe jääda karantiini.
 - Nii positiivse antigeeni kiirtesti kui ka RT-PCR 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), osaleda huvitegevuses ja üritustel. See tähendab, et 10 päeva jooksul pärast lähikontakti võib käia vaid lasteaias või -hoius, üldhariduskoolis või kutseõppeasutuses.
 - Kui täielikult vaksineerimata õppija lähikontakt toimub väljaspool üldharidus- või kutsekooli, peab ta vanusest sõltumata jääma karantiini tavapärasel korral.
 - Kui õpilane ei ole nõutud teste teinud peab õpilane jääma tavapärasel korral karantiini.
 - Kui õpilane on COVID-19 haiguse läbipõdenud või selle vastu vaksineeritud, siis ta ei pea karantiini jääma ega COVID-19 teste tegema.

Haridus- ja noorsootööasutuses toimunud lähikontaktist tuleb esimesel võimalusel teavitada Terviseameti regionaalosakonda, kes annab edasised suunised.

Põhja regionaalosakond – PROvastutav@terviseamet.ee, 5557 5808

Lõuna regionaalosakond – Tiia Luht, osakonnajuhataja, 55968964, Tiia.Luht@terviseamet.ee

Ida regionaalosakond – Marje Muusikus, osakonnajuhataja, 5253 622
marje.muusikus@terviseamet.ee; idar@terviseamet.ee

Lääne regionaalosakond – Kadri Juhkam, osakonnajuhataja, 58 429 096,
kadri.juhkam@terviseamet.ee



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 haigussümpomid**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.

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 3¹.2 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 korrakaitse seaduse⁴ (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 rahaträhv kuni 200 trahviühikut ning juriidilisele isikule kuni 32 000 eurot.

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

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>