



## Koronatietoa Jyväskylässä

### Oireet ja tartunta

Koronaviruksen (COVID-19) aiheuttaman taudin oireita voivat olla muun muassa kuume, yskä, hengenahdistus, väsymys, pahoinvointi ja ripuli. Suurin osa taudin saavista sairastaa sen tavallisena hengitystieinfektiona, eli flunssana. Koronavirustesti otetaan niiltä henkilöiltä, joilla on koronavirusinfektioon sopivia oireita.

Tauti voi olla vaarallinen erityisesti ikääntyneille (vanhoille) ihmisille, ja niille, joilla on muita sairauksia, esimerkiksi keuhko- ja sydänsairauksia. On tärkeää, ettei tauti tartu muihin ihmisiin, joilla oireet voivat olla todella vakavia. Paras tapa suojautua tartunnalta on pestä käsiä ja pitää etäisyyttä toisiin ihmisiin.

### Suojele muita tartunnoilta – muista hyvä käsihygienia

Pese käsiä vedellä ja saippualla ainakin 20 sekunnin ajan. Kuivaa kädet puhtaaseen paperiin.

Älä kosketele silmiä, nenää tai suuta, ellet ole juuri pessyt käsiäsi. Voit käyttää myös käsidesiä.

Jos aivastat tai yskit, suojaa kasvosi nenäliinalla ja heitä nenäliina roskeen. Jos sinulla ei ole nenäliinaa, yski paidan hihaan, älä käsiisi.

### Jos epäilet tartuntaa, toimi näin

Tee oirekysely [Omaolo-palvelussa](#) (oirekysely suomeksi, ruotsiksi tai englanniksi) tai soita terveydenhuollon koronanumeroon 014 266 0133 maanantaista perjantaihin kello 8–16 ja viikonloppuisin klo 9-15 ja muina aikoina 116 117. Lepää. Älä tartuta muita.

Jos kyseessä on tavallinen flunssa, esimerkiksi yskää tai kuumetta, lepää kotona. Oireita voi lievittää kipu- ja särkylääkkeillä. Muista juoda paljon nestettä, sillä kuumeinen, lämmin keho haihduttaa normaalia enemmän nestettä.

### Jos sinulla on vakavia oireita – soita, niin saat toimintaohjeet

Jos vointisi on todella huono tai sinulla on vaikea hengittää, soita välittömästi Jyväskylän koronavirusnumeroon 014 266 0133. Numeroon vastataan maanantaista perjantaihin kello 8–16 ja viikonloppuisin klo 9-15.

Muina aikoina soita Keski-Suomen sairaanhoitopiirin päivystyksen puhelinneuvontaan numeroon 116 117.

Puhelimessa saat ohjeet, miten toimit, milloin ja mihin voit tulla. On tärkeää noudattaa ohjeita, jottei hoitohenkilökunta tai muut potilaat altistu tartunnalle. Älä missään tapauksessa lähde sairaana terveysasemalle ilman, että soitat etukäteen.

Hätätapauksissa soita 112.



## Olen sairaana kotona enkä voi mennä kauppaan tai apteekkiin – mitä teen?

Jos olet sairas, etkä voi mennä kauppaan tai apteekkiin, pyydä apua sukulaisilta tai naapureilta. Ruokakaupoilla ja apteekeilla on kotiinkuljetuspalveluita. Jos et saa apua, pyydä apua Jyväskylän kaupungilta.

Jyväskylän asukkaat: arkipäivinä kello 8–16 numerossa 014 266 0550.

Hankasalmen asukkaat: arkipäivinä kello 8–16 numerossa 014 267 1490.

Muina aikoina Jyväskylän ja Hankasalmen asukkaat saavat apua myös sosiaalipäivystyksen kautta p. 014 266 0149.

## Miten koronavirus vaikuttaa Jyväskylän asukkaiden elämään?

- Älä mene sairaana töihin, kauppaan, tai muualle, missä on muita ihmisiä.
- Älä vie sairasta lasta hoitoon tai isovanhemmille.
- Ikääntyneiden ja vammaisten asumisyksiköissä (esim. vanhusten hoitokodeissa) voi vieraila turvallisuusohjeita noudattaen.
- Hammashoitoon ei saa mennä, jos on flunssa. Kiireellisissä tapauksissa (esim. voimakas hammassärky) annetaan flunssapotilaalle ohjeet vastaanotolle saapumisesta puhelimesta.
- Matkusta vain turvallisiksi suositeltuihin maihin.

## Mitä saan tehdä karanteenissa tai eristyksessä?

Pyydä (omakieliset) ohjeet karanteenista terveydenhoitohenkilöstöltä. On tärkeää, että noudatat ohjeita. Lisätietoja karanteenisivulta:

<https://www.jyvaskyla.fi/terveys/korona/karanteeni>

Tiedot ovat kirjattu 23.6.2020 ohjeiden ja suositusten mukaisesti.

## Lisätietoja:

Jyväskylän kaupungin koronasivu: <https://www.jyvaskyla.fi/terveys/korona>

Information on the Coronavirus in Jyväskylä in English <https://www.jyvaskyla.fi/en/health-care-and-social-services/healthcare-services/information-coronavirus-jyvaskyla>

Ajankohtaista tietoa Finnish Institute of Health and Welfare (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos THL) -sivuilta englanniksi: <https://thl.fi/en/web/infectious-diseases-and-vaccinations/what-s-new/coronavirus-covid-19-latest-updates>

Tietoa Suomen hallituksen päätöksistä koronavirukseen liittyen englanniksi <https://valtioneuvosto.fi/en/information-on-coronavirus>