

Hyvät huoltajat,

korona- ja influenssavirustartuntojen ehkäisemiseen tulee kiinnittää huomiota.

Paras tapa torjua tartuntoja on hyvä käsihygienia. Kaarinan kaupunki ohjeistaa kaikkia varhaiskasvatus- ja esiopetusyksiköitä ja kouluja käymään läpi lasten ja nuorten kanssa seuraavat Terveysten- ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) ohjeet. Toivomme, että käytte ohjeet läpi myös kotona yhdessä lapsenne kanssa.

1. Hyvä käsihygienia

Kädet pestään ulkoa sisälle saavuttaessa, ennen ruokailua ja vessakäyntien jälkeen saippuaa ja vettä käyttäen. Kädet kuivataan kertakäyttöisiin paperipyyhkeisiin. Mikäli käsien peseminen ei ole mahdollista edellä esitetyllä tavalla, käytetään käsihuuhdetta.

2. Aivastaminen ja yskiminen hihaan

Aivasta ja yksi hihaasi, ei kämmeneen.

3. Kertakäyttöiset nenäliinat

Niistettäessä tulee käyttää kertakäyttöistä nenäliinaa. Niistämisen jälkeen nenäliina tulee heittää roskeen ja kädet pestä huolellisesti saippuaa ja vettä käyttäen.

4. Sairaana jäädään kotiin

Kuten tähänkin saakka, paras paikka sairastaa on koti. Päivähoitoon, esiopetukseen tai kouluun ei tule saapua sairaana.

5. Miten toimin, jos epäilen sairastuneeni koronaviruksen aiheuttamaan tautiin?

Jos olet ollut epidemia-alueella, tai olet ollut lähikontaktissa laboratoriovarmistetun koronavirustapauksen kanssa, ja epäilet itselläsi koronavirusta, **ota yhteyttä puhelimitse** omalle terveysasemalle, tai päivystykseen normaalien käytäntöjen mukaisesti.

Lisätietoja: <https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/taudit-ja-torjunta/infektioiden-ehkaisy-ja-torjuntaohjeita/kasienpesu-ja-yskiminen>

Pese kätet ja laita stoppi tartunnoille

- Ennen ruoanlaittoa ja ruokailua
- Kun tulet ulkoa sisään
- Wc-käynnin tai vaipan vaihdon jälkeen
- Kun olet yskinyt, niistänyt tai aivastanut
- Kun olet koskenut samoja pintoja kuin flunssainen henkilö



Yski ja aivasta oikein



Yski ja aivasta hihaasi, niin laitat stopin tartunnoille.



Jos mahdollista, käytä kertakäyttöistä nenäliinaa.



Laita käytetty liina roskeen ja pese kädet saippualla.



Terveysten ja hyvinvoinnin laitos
www.thl.fi/yskimisohje