

Ev karantinasına alınanlar için talimatlar

Korona virüsüne maruz kalmanız nedeniyle bulaşıcı hastalıklar doktoru hakkınızda karantina kararı verdiyse, doktor veya hemşire aksini tavsiye edene kadar faaliyetlerinizi sınırlandırmanız gerekir.

Evde kalın, ev ziyaretlerinden kaçının ve evinize misafir davet etmeyin. Hemşire veya doktor, ihtiyaca göre durumunuzu takip edecektir.

Bulaşıcı hastalıklar doktoru tarafından kararlaştırılan karantina süresince şunları yapmamalısınız:

- İşe gitmemelisiniz.
- Okula ya da eğitim görmek için başka bir yere gitmemelisiniz.
- Restorana, mağazaya, alışveriş merkezine veya diğer ortak alanlara gitmemelisiniz.
- Yüzme havuzuna veya diğer benzer spor tesislerine gitmemelisiniz.
- Diğer hobi yerlerine gitmemelisiniz.
- Tiyatroya, sinemaya, restoranlara veya barlara gitmemelisiniz.
- Tren, otobüs veya taksi gibi toplu taşıma araçlarını kullanmamalısınız.
- Konukları eve davet etmemeli veya misafirlığe gitmemelisiniz.
- Evde dışarıdan gelen temizlikçi veya başka bir işçi çalıştırmamalısınız.

Evde olduğunuz sürece:

- Kendi odanızda yalnız uyuyun.
- Sabah ve akşam pencereyi açarak odayı en az 15 dakika havalandırın.
- Bulaşa maruz kalmış kişiler sizinle aynı evde yaşıyorsa, onlarla gereksiz yakın temastan kaçının.

- Öksürürken veya hapşırırken ağzınızı ve burnunuzu tek kullanımlık mendille sıkıca kapatın. Eğer mendiliniz yoksa, öksürürken veya hapşırırken mendil yerine bluzunuzun kolunun üst kısmını kullanın, elinizi değil. Mendili kullandıktan hemen sonra naylon bir torbaya koyun ve/veya çöp kutusuna atın. Ellerinizi su ve sabunla yıkayın ve/veya el dezenfektanı kullanın.
- Kullandığınız çatal bıçak takımını normal şekilde yıkayın.
- Çamaşırları ve nevresim takımlarını çamaşır makinesinde normal şekilde yıkayın.
- Evde normal şekilde temizlik yapabilirsiniz (ancak dışarıdan eve temizlikçi çağırmamalısınız). Elektrikli süpürge için HEPA filtresi önerilir.
- Buzdolabı kapılarını, uzaktan kumandaları ve sık dokunulan diğer yüzeyleri dikkatlice temizleyin.
- Kusuk veya balgam gibi salgı lekelerini klor içeren bir dezenfektan maddeyle silin. Dezenfektanın kullanım seyreltmesi 500 ppm olmalıdır. Seyreltme talimatları için dezenfektan şişesinin etiketini kontrol edin.

Açık hava etkinlikleri:

- Balkonda veya bahçenizde açık havaya çıkabilirsiniz, ancak kendi evinizin dışındaki insanlarla doğrudan temas kurmamalısınız.
- Özellikle kentsel alanda evcil hayvanların dışarıda gezdirilmesi işini tercihen karantinaya alınmamış olan birine bırakın. Evcil hayvanınız için bir bakım yeri de bulabilirsiniz. Diğer insanlarla doğrudan temas etmediğiniz sürece evcil hayvanları dışarıda gezdirebilirsiniz.*

Yemek servisi:

- Karantinada olmayan başka bir kişiden market alışverişinizi yapmasını rica edin.
- Ayrıca evinize internetten veya telefonla yemek sipariş edebilirsiniz. Yemek teslimatının ödemesini yaparken ve teslim alırken teslimatçıyla doğrudan temas kurmamaya dikkat edin.
- Belirli koşullar altında, sosyal hizmetlerin yardım müşteri rehberliği Siiri aracılığıyla ve sosyal hizmetlerin rehberlik ve danışma hizmeti Polku aracılığıyla işlem yardımı alabilirsiniz. (bilgi Fincedir)

Karantinada olan kişinin yakınları neden karantinaya alınmıyor?

- Yakınları, karantinaya alınan kişinin tersine, bulaş geçiren birileriyle yakın temasta bulunmadıkları için karantinaya alınmaz.
- Karantinaya alınmış olan ve belirti göstermeyen kişinin yakınları hastalığı kapmaz.
- Hastanın hastalığı kaptığı andan bulaştırabildiği ana kadar belirli bir süre geçer. Bu nedenle, hastalığa maruz kalan ama belirti göstermeyen kişinin yakınlarının hayatlarını sınırlandırmalarına gerek yoktur.
- Hastalığa maruz kalan kişi belirtiler göstermeye başlarsa, bunun korona virüs yüzünden olup olmadığı incelenir.
- İnceleme sonuçlarına göre karantina, ihtiyaç duyulması halinde yakınları da kapsayacak şekilde genişletilir. Bundan önce yakınlar hastalığı başkalarına bulaştırmaz.

Karantinaya alınan kişilere test yapılır mı?

- Karantinaya alınan kişilere, bulaşıcı hastalıklardan sorumlu doktor tarafından bulaşıcı hastalıklarla ilgili test yapılır.
- Karantina süresi içinde yapılan ve negatif çıkan korona testi tabii ki karantina süresini yarıda kesmez.

İlaveten:

- Bir bulaşıcı hastalıklar doktoru tarafından karantinaya alındıysanız veya izole edildiyse, bulaşıcı hastalık ödeneği kazanç kaybınızı telafi eder. Ayrıca 16 yaşın altındaki çocuğunuz karantinaya alındıysa ve bu nedenle işe gidemediyse bulaşıcı hastalık ödeneği alabilirsiniz. Bulaşıcı hastalık ödeneği için gerektiğinde Kela'ya başvurun. Başvuru için bulaşıcı hastalıklar doktoru tarafından verilen yazılı karantina kararına veya SVA raporuna ihtiyacınız olacaktır. Bulaşıcı hastalık ödeneği, kendi kendini karantinaya alan kişilere ödenmez. [Bulaşıcı hastalık ödeneği ve nasıl başvurulacağı hakkında daha fazla bilgiyi Kela'nın web sitesinden okuyabilirsiniz.](#) (Fince)
- Karantinada olduğunuz süre içinde ambulans kullanmak zorunda kalırsanız, acil servisi aradığınızda karantinada olduğunuzu söyleyin.

Belirtilerle karşılaşırsanız

Korona virüsü testi için Omaolo.fi hizmeti aracılığıyla veya 116117 numaralı çağrı servisini arayarak randevu alın.