

Kuidas peatada koroonaviiruse levik?

- Kõige efektiivsem meede nakkuse vältimiseks on distantsi hoidmine.
 - Rahvarohketes kohtades ja eriti siseruumides, kus ei ole võimalik teiste inimestega distantsi hoida, on soovitatav kanda ka maski.
 - Kinniseid rahvarohkeid kohti tuleks võimalusel vältida.
 - Järgida tuleb kätehügieeni ehk teisisõnu: käsi tuleb pesta tihti.
 - Kätepesuks tuleb kasutada sooja vett ja seepi, avalikes kohtades alkoholipõhist käte desinfitseerimisvahendit.
 - Aevastamisel või köhimisel tuleb oma suu ja nina katta ühekordse salvrätiga. Kasutatud salvrätt tuleb koheselt visata prügikasti ja seejärel käed puhastada. Salvrätikut puudumisel kasuta oma varrukast (küünarvarre osa), mitte paljast kätt.
 - Haigena tuleb püsida kodus, seda ka kergete sümptomitega.
 - Mistahes haigussümptomite puhul tuleb kahtlustada koroonaviirust ja helistada oma perearstile.
 - Laadi [Google Play](#) või [App Store](#)'i kaudu oma telefoni mobiilirakendus HOIA, mis teavitab sind, kui oled olnud lähikontaktis koroonaviiruse kandjaga. Samuti saad nii anonüümselt teavitada teisi kasutajaid enda haigestumisest. Rakenduse kasutajate telefonid vahetavad omavahel anonüümseid koode ning riik, rakenduse tootja ega telefoni tootja ei saa teada, kes kellega lähikontaktis oli. Loe lisa www.hoia.me
- COVID-19 on piisknakkushaigus, mida põhjustab aevastamisel ja köhimisel inimeselt inimesele ning saastunud pindade ja pesemata käte kaudu leviv SARS-CoV-2 viirus.
- Lisainfot COVID-19 kohta leiab terviseameti veebi- ja Facebooki-lehelt.