



Avaleht > Koroonaviiruse haigus COVID-19

Juhendmaterjalid

KKK

Koroonaviiruse haigus COVID-19



Sellelt lehelt leiad ametlikult kinnitatud infot ja juhiseid uue koroonaviiruse puhangu kohta, mis sai alguse Wuhani linnast, Hiinas, 31. detsembril 2019.

COVID-19 haigust põhjustav koroonaviirus on geneetiliselt sarnane SARS koroonaviirusele (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus*) ning seetõttu kasutatakse edaspidi selle nimetamisel ametlikku terminit SARS-CoV-2.

- ◆ **Mida teha, kui kahtlustad, et võid olla nakatunud 2019 aasta koroonaviirusesse?** » [\(PDF\)](#)
- ◆ **VIDEO:** Maski kandmine aitab takistada koroonaviiruse levikut haigestunult tervetele »
- ◆ **Loe korduma kippuvaid küsimusi (KKK)** »



OLUKORD EESTIS

- › **Vabariigi Valitsus kuulutas Eestis välja eriolukorra 1. maini 2020, et tõkestada koroonaviiruse haigus COVID-19 levikut.**
- › **Kokku on Eestis koroonaviirus diagnoositud 679 inimesel.** Alates 31. jaanuarist on Eestis tehtud ligi 10 400 koroonaviiruse testi.
 - › **Enim nakatunuid on analüüside tulemuste kohaselt vanusegrupis 60 eluaastat ja vanemad (30%) ning vanusegrupis 40-49 eluaastat (22%). Vanusegrupis 50-59 eluaastat on testide põhjal nakatunuid 20% ja vanusegrupis 30-39 eluaastat 17%.**
 - › Eileõhtuse seisuga vajab Eestis uue koroonaviiruse tõttu haiglaravi 56 patsienti, 10 intensiivravil olevat inimest on kriitilises seisus. Haigusest on tervenunud 20 inimest.
 - › COVID-19 tõttu on Eestis surnud 3 inimest.
 - 25. märtsi pärastlõunal suri Eestis esimene inimene COVID-19 tõttu. Lahkunu oli 83-aastane naine, kes hospitaliseeriti Lääne-Tallinna Keskhaiglasse 20. märtsil. Patsiendil oli teada varasem krooniline südame-veresoonkonna probleem.
 - 29. märtsil suri Lääne-Tallinna Keskhaiglas 83-aastane mees ning Saaremaal Valsi hooldekodus 90-aastane kaasuvate haigustega mees.
- › Eestis on viirushaiguse COVID-19 tuvastamise võimekus terviseameti, Tartu Ülikooli Kliinikumi, Synlabi, Põhja-Eesti Regionaalhaigla, Ida-Viru Keskhaigla ja Pärnu Haigla laborites.
- › Enamikul koroonaviirusega patsientidel on kerged sümptomid.
- › **27.märtsil peatas terviseamet COVID-19 nakkuse leviku vältimiseks plaanilise ravi väljaspool riiklikku haiglavõrku.** Eraraviasutused ja hambaravikliinikud jätkavad ainult vältimatu abi pakkumist. Plaaniline ravitegevus peatatakse, et tõkestada nakkuse levikut ning hoida kokku isikukaitsevahendeid. Juba alustatud plaanilise ravi lõpuleviimise otsustab arst koos patsiendiga, hinnates eraldi iga üksikut juhtu.
- › **Seoses riigis välja kuulutatud eriolukorraga kehtib kõigis sotsiaalhoolekandeasutustes, haiglates ja kinnipidamisasutustes külastuskeeld**, esialgu 1. maini 2020, kui valitsus ei otsusta teisiti.
- › **Sümptomite (köha, palavik, hingamisraskused) avaldumisel tuleb helistada perearstile või perearsti nõuandeliinile 1220, kust antakse käitumisjuhised.**
- › **Koroonaviirusega seotud küsimustele on ööpäevaringselt avatud tasuta häirekeskuse infotelefon 1247.**
- › **Hingamisraskuse või õhupuuduse korral tuleb helistada hädaabinumbrile 112.**



KUIDAS END KAITSTA?

- ▶ **Pese tihti käsi**
Kätepesuks kasuta sooja vett ja seepi ning avalikes kohtades kasuta alkoholipõhist käte desinfitseerimisvahendit.
- ▶ **Jälgi hindamisteede hügieeni**
Kui aevastad või köhid, siis kata oma suu ja nina ühekordse salvrätiga. Viska see koheleht prügikasti ja puhasta seejärel käed. Kui sul ei ole salvrätikut, kasuta oma varrukast (küünarvarre osa), aga mitte paljast kätt.
- ▶ **Välidi kontakti**
Võimalusel püsi kodus. Kodust väljas liikudes hoida teistest inimestest vähemalt kahe meetri kaugusele.
- ▶ **Välidi silmade, nina ja suu katsumist**
- ▶ **Kui sul on palavik, köha, hingamisraskused, otsi varakult abi**
Sümptomite ilmnemisel võta ühendust tervishoiutöötajaga (perearstiga).

COVID-19 SÜMPTOMID JA LEVIMINE

- ▶ Täna info kohaselt on COVID-19 sümptomid sarnased gripi sümptomitelega.
- ▶ Viirus võib põhjustada **köha, palavikku ja hingamisraskuseid**.
- ▶ **Viirus levib inimeselt inimesele piisknakkuse kaudu**, peamiselt lähedasel kontaktil nakkuskahtlase inimesega, kellel on nakkusele iseloomuslikud sümptomid, eelkõige köha.
- ▶ Viiruse peiteperiood on umbes 2-14 päeva, keskeltläbi 5 päeva.
- ▶ Koroonaviiruste põhjustatud nakkuse esimeseks ennetusmeetmeks on hea käte hügieeni järgimine.
- ▶ **STATISTIKA COVID-19 KINNITATUD HAIGUSJUHTUDE KOHTA:**
 - ▶ [WHO EUROOPA REGIOONIS](#) »
 - ▶ [MAAILMAS](#) »

JUHISED

- ▶ Soovitused kodus isolatsioonis või karantiinis olevale inimesele (PDF)
- ▶ Kuidas COVID-19 puhangu korral stressiga toime tulla? (PDF)
- ▶ Soovitused töhusaks puhastamiseks ja desinfitseerimiseks (PDF)
- ▶ **KÕIK COVID-19 JUHENDMATERJALID, TRÜKISED** »

VALDKONNAPÕHINE INFO

- | | |
|------------------------------------|--------------------------|
| ▶ Välisministeerium » | ▶ Sotsiaalministeerium » |
| ▶ Politsei- ja Piirivalvemaet » | ▶ Siseministeerium » |
| ▶ Haridus- ja Teadusministeerium » | ▶ Kultuuriministeerium » |

Infot eriolukorra kohta Eestis vaata [Eesti Vabariigi Valitsuse veebilehelt](#) »

KUST KÜSIDA INFOT?

- ▶ **Küsimuste korral pöörduge terviseameti poole e-posti teel** : kesk@terviseamet.ee
- ▶ ☎ **Kriisinfotelefonilt 1247** saad käitumisjuhised eriolukorras toimetulekuks ja koroonaviirusega seotud küsimustes (24h, tasuta).
- ▶ ☎ Tervist puudutavate küsimuste korral helistaga **perearsti nõuandetelefonile 1220** või **+372 634 6630** (saab helistada ka välismaalt).
- ▶ ☎ Hingamisraskuse või õhupuuduse korral tuleb helistada **hädaabinumbrile 112**.
- ▶ ☎ **Konsulaarabi telefonilt 5301 9999** saab välisministeeriumi konsulaarinfot, kui oled välismaal hätta jäänud (24 h).
- ▶ Reisi targalt - Välisministeerium



Mida COVID-19 kohta teame?

Soovitused asutustele

Juhised tervishoiutöötajatele

Desinfitseerimisvahendid

Korduma kippuvad küsimused

Ülevaated päevade kaupa

Teated

Infomaterjalid

MIDA COVID-19 KOHTA TEAME?

COVID-19 haigust põhjustab koroonaviirus, mis on geneetiliselt sarnane SARS koroonaviirusele (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus*).

Kõige tõenäolisemalt on uus koroonaviirus SARS-CoV-2 loomset päritolu, kuid uuringud tekitaja algallika ja ülekande viiside kinnitamiseks veel käivad.

COVID-19 sümptomid on mittespetsiifilised ja nende raskusaste võib olla erinev. Haigus võib kulgeda ilma haigustunnusteta, aga samas võib esineda ka raske kopsupõletik, riskirühma kuuluvate inimeste puhul võib haigus halvimal juhul lõppeda ka surmaga.

Kõige sagedamini esinevateks sümptomiteks on:

- ◆ palavik (89,9%);
- ◆ kuiv köha (67,7%);
- ◆ väsimus (38,1%);
- ◆ röga (33,4%);
- ◆ hingamisraskused (18,6%);
- ◆ kurguvalu (13,9%);
- ◆ peavalu (13,6%);

- ◆ lihas- ja liigesvalu (14,8%);
- ◆ krabid (11,4%);
- ◆ iiveldus ja oksendamine (5,0%);
- ◆ ninakinnisus (4,8%);
- ◆ kõhulahtisus (3,7%);
- ◆ verikõha (0,9%);
- ◆ konjunktiivide ärritus (0,8%).

Enamikel koroonaviirusesse nakatunutest kulgeb haigus kergelt.

Viiruse riskirühma kuuluvad vanemalised ja krooniliste haigustega inimesed, kelle esinevad sagedamini rasked haigusvormid.



Kuidas saan hoida ennast ja teisi viiruste hooajal?

- Peened käed, hääpsud ja hooned
- Kõhulahtisuse ja oksendamise järel kätepesu
- Kõhulahtisuse või oksendamise järel kätepesu
- Peened käed, hääpsud ja hooned

Tervisekesk kataloogis on parasiitide ja viiruste hooajal (10. märtsist) telefonil +372 794 3500 ja e-postil keskk@terviseamet.ee. Täiendav info koroonaviiruse kohta: koroonaviirus.ee

Mida saan ette võtta oma töötajate ja klientide kaitsmiseks viiruste hooajal teha?

- Viiruste hooajal on suurem risk haigestuda
- Viiruste hooajal on suurem risk haigestuda
- Viiruste hooajal on suurem risk haigestuda
- Viiruste hooajal on suurem risk haigestuda

Tervisekesk kataloogis on parasiitide ja viiruste hooajal (10. märtsist) telefonil +372 794 3500 ja e-postil keskk@terviseamet.ee. Täiendav info koroonaviiruse kohta: koroonaviirus.ee

Liitsad poeskäigu reeglid, mis kaitsevad sind ja teisi

- Haigena või haigusnähtudega ei ole soovitatav olla poeskäigul
- Hoida vähemalt vahemaad teiste külaliste ja poeskäijate vahel
- Külalaste poodi läbi ja oota toot kogu perele
- Mõtle eelnevalt, mis sulle vaja on, et poeskäik oleks kiire
- Desinfitseeri või pese käsi enne ja pärast poeskäiku
- Ära muurets, kaupad jagub koguile

Koos koroonaviiruse vastu! Jätan maski meedikule, selle asemel:

- Peened käed, hääpsud ja hooned
- Väike vana, kasutatud ja hooned
- Kõhulahtisuse ja oksendamise järel kätepesu
- Peened käed, hääpsud ja hooned

Tervisekesk kataloogis on parasiitide ja viiruste hooajal (10. märtsist) telefonil +372 794 3500 ja e-postil keskk@terviseamet.ee. Täiendav info koroonaviiruse kohta: koroonaviirus.ee



Viimati uuendatud 29.03.2020

Kas sellest lehest oli abi?

Kuidas saaksime lehte parandada, et otsitule paremini vastata?

