



Avaleht &gt; Koroonaviiruse haigus COVID-19

Koroonaviiruse andmestik

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) »
- ◆ KOROONAKAART »

**Kuidas saan hoida ennast ja teisi viiruste hooajal?**

- 1. Pesen käsi regulaarselt ja hoolikalt
- 2. Köhides ja aevastades katan nina ja suu käsivarrega
- 3. Kasutatud taskurätti viskan kohe prügilasti
- 4. Kui olen tõbine või haige, jään koju
- 5. Haigestumise kahtluse korral väldin kokkupuudet teiste inimestega
- 6. Tervisemure korral saab nõu perearstilt või perearsti nõuandeliinilt 1220, välismaalt helistades +372 634 6630

Vajadusel suunatakse kõne hädaabinumbrile 112

Täiendav info koroonaviiruse kohta: [terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus](http://terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus)

SOTSIAALMINISTEERIUM TERVISEAMET



## OLUKORD EESTIS

- ▶ **Vabariigi Valitsus kuulutas Eestis välja eriolukorra 1. maini 2020, et tõkestada koroonaviiruse haigus COVID-19 levikut.**
- ▶ **Kokku on Eestis koroonaviirus diagnoositud 715 inimesel.** Alates 31. jaanuarist on Eestis tehtud enam kui 11 252 koroonaviiruse testi.
  - ▶ Enim nakatunuid on analüüside tulemuste kohaselt vanusegrupis 60 eluaastat ja vanemad (23%) ning vanusegruppides 40-49 eluaastat (10,5%) ja 50-59 eluaastat (10,5%)
  - ▶ Eestis vajab uue koroonaviiruse tõttu haiglaravi 79 patsienti, 13 intensiivravil olevat inimest on kriitilises seisus. Haigusest on tervenenu 22 inimest.
  - ▶ **COVID-19 tõttu on Eestis surnud 3 inimest.**
    - 25. märtsi pärastõunal 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.
- ▶ **Koroonaviiruse riskirühma kuuluvad krooniliste haigustega ja vanemaalised inimesed. Terviseameti soovitusel riskirühmade kaitseks:**
  - ▶ Rangel on keelatud külastused hooldekodudesse, sest see seab ohtu hoolealuste tervise.
  - ▶ Inimeste vahel kontaktide vähendamine on väga oluline, sest teistsiti ei ole võimalik haiguse levikut piirata.
  - ▶ Samuti tuleb lähinädalatel vältida hooldekodu elanike liikumist hooldekodude vahel ning hoiduda uute elanike vastu võtmisest. Hooldusvajadusega eakate puhul tuleb pöörduda elukohajärgse kohaliku omavalitsuse poole vajalike kodus osutatavate teenuste saamiseks
- ▶ **Seoses riigis välja kuulutatud eriolukorraga kehtib kõigis sotsiaalhoolekandeesutustes, 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 alkoholi põhised käte desinfitseerimisvahendit.
- › **Jälgi hingamisteede hügieeni**  
Kui aevastad või köhid, siis kata oma suu ja nina ühekorde salvrätiga. Viska see koheselt prügikasti ja puhasta seejärel käed. Kui sul ei ole salvrätikut, kasuta oma varrukate (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

- › Tänapäevase info kohaselt on COVID-19 sümptomid sarnased gripi sümptomitega.
- › Viirus võib põhjustada **köha, palaviku 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 kätehügieeni 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 tõhusaks 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](mailto:kesk@terviseamet.ee)
- › **Kriisiinfotelefonilt 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

Viimase nädala teated

## 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%);
- ◆ krambid (11,4%);
- ◆ iiveldus ja oksendamine (5,0%);
- ◆ ninakinnisus (4,8%);
- ◆ kõhulahtisus (3,7%);
- ◆ veriköha (0,9%);
- ◆ konjunktiivide ärritust (0,8%).

Enamikel koroonaviirusesse nakatunutest kulgeb haigus kergelt.

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

Vähendades erinevusi kooliminejate ettevalmistuses vältida hilisemat haridustee katkemist.



### Kuidas saan hoida ennast ja teisi viiruste hooajal?

Pesen käsi regulaarselt ja hoolikalt  
 Köhides ja aevastades katan nina ja suu kaalvarrega  
 Kasutatud taskuriti viskan kotte prügikasti  
 Kui olen tõbine või haige, jään koju  
 Hoiageme üksteist: väldin kokkupuudet teiste inimestega  
 Tervisemure korral saab nõu perearstilt või perearsti nõuandeliinilt 120, viliisaali helistades +372 638 6630  
 Vajadusel suunatakse kõne hädaabinumbrile 112  
 Täiendav info koroonaviiruse kohta: [terviseamet.ee/et/uisakoroonaviirus](http://terviseamet.ee/et/uisakoroonaviirus)

SOTSIAALMINISTRIKUM TERVISEAMET

### Lihtsad poeskäigu reeglid, mis kaitsevad sind ja teisi

Haigena või haigustunnustega ei ole poe külastamine lubatud  
 Hoiu vähemalt kahemeetrist vahemaad teiste külaliste ja kaupluse töötajatega  
 Külasta poodi üksi ja osta toid kogu perele  
 Mõtle eelnevalt ostud läbi, et poeskäik kulgeks kiiresti  
 Desinfitseeri või pese käsi enne ja pärast poeskäiku  
 Ära muretse, kaup jagub kõigile

### Koos koroonaviiruse vastu! Jätan maski meedikule, selle asemel:

Pesen käsi regulaarselt ja hoolikalt  
 Vältin oma riski katsumist  
 Köhides ja aevastades katan nina ja suu kaalvarrega või salvrätikuga  
 Püün kodu, lo teevana  
 Haigena väldin kontakti teiste inimestega  
 Palun lähedaste abi või kasutan kontakti vaba teenusteid toidu ja ravimite koju toimetamiseks  
 Mask on abivahend haige hoolikale, eiti meedikule  
 Kiisin nõu usaldusväärsest allikast  
 Tervisemure korral saab nõu perearstilt või perearsti nõuandeliinilt 120  
 Vajadusel suunatakse kõne hädaabinumbrile 112

1247 kriis.ee

Viimati uuendatud 30.03.2020



Kas sellest lehest oli abi?


Kuidas saaksime lehte parandada, et otsitule paremini vastata?


Saada

Terviseamet | Paldiski mnt 81, 10617 Tallinn | Telefon: (+372) 794 3500 | E-post:kesk@terviseamet.ee

 Facebook

 Youtube

 Telli  
uudiskiri

 RSS  
Uudisvood

