



## 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?**

- Pesen käsi regulaarselt ja hoolikalt
- Köhides ja aevastades katan nina ja suu käsivarrega
- Kasutatud taskurätti viskan kohe prügikasti
- Kui olen tõbine või haige, jään koju
- Haigestumise kahtluse korral väldin kokkupuudet teiste inimestega

Terviseure 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 779 inimesel.** Alates 31. jaanuarist on Eestis tehtud 14 353 koroonaviiruse testi.

» Eestis vajab uue koroonaviiruse tõttu haiglaravi 95 patsienti, 15 intensiivravil olevat inimest vajavad juhitavat hingamist. Haiglatest on välja kirjutatud 33 inimest.

» Enim nakatunuid on analüüside tulemuste kohaselt vanusegrupis 50-54 eluaastat (11%), vanusegruppides 45-49 eluaastat (10%) ja 55-59 eluaastat (10%).

♦ **COVID-19 tõttu on Eestis surnud 5 inimest.**

- 25. märtsil 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.
- 31. märtsil suri Ida-Viru Keskhaiglas COVID-19 positiivse proovi andnud 90-aastane mees.
- 31. märtsil suri Põhja-Eesti Regionaalhaiglas COVID-19 positiivse proovi andnud 81-aastane naine.

♦ Eestis on viirushaiguse COVID-19 tuvastamise võimekus täna terviseameti, Tartu Ülikooli kliinikumi, Synlabi, Põhja-Eesti regionaalhaigla, Ida-Viru keskaigla, Pärnu haigla ja Ida-Tallinna keskaigla 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 teisi 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 sotsiaalhoolekandeasutustes, haiglates ja kinnipidamisasutustes külastuskeeld** , esialgu

1. maini 2020, kui valitsus ei otsusta teisiti.

- › Sümptomite (köha, palavik, hingamisraskused) avaldumisel tuleb helistada perearstile või pereearsti 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 hingamisteede hügieeni**  
Kui aevastad või köhid, siis kata oma suu ja nina ühekordse salvrätiga. Viska see koheselt 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 hoi 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, 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 esmaseks 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 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](mailto: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

## 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 allikaks 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%);

## Viimase nädala teated

### Infomaterjalid

- ◆ kuiv kõha (67,7%);
- ◆ väsimus (38,1%);
- ◆ röga (33,4%);
- ◆ hingamisraskused (18,6%);
- ◆ kurguvalu (13,9%);
- ◆ peavalu (13,6%);
- ◆ lihaskiir ja liigesvalu (14,8%);
- ◆ krambid (11,4%);
- ◆ iiveldus ja oksendamine (5,0%);
- ◆ ninakinnisus (4,8%);
- ◆ kõhulahtisus (3,7%);
- ◆ verikõha (0,9%);
- ◆ konjunktiivide ärritust (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?

Peen käsi pesemisest ja hoolikalt

Kõhides ja sissevõttes katan nina ja suu käteraviga

Kasutatud taskuriti viskan kõhe prügikasti

Kui olen tõbine või haige, jään koju

Häigestumise kahtluse korral viidin kokkupuudet teiste inimestega

Tervisemure korral saab nõu perearstilt või perearsti nõuandeliinilt 1247, välismaalt helistades +372 534 5630

Vajadusel suunatakse kõne hädaabinumbri 112

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

SOTSIAALMINISTERIUM TERVISEAMET

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

Haigena või haigustunnustega ei ole poe külastamine lubatud

Hoja vähemalt kahemeetrist vahemaad teiste külaliste ja kaupluse töötajatega

Külasta poodi üksi ja osta toot 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:

Pese käsi regulaarselt ja hoolikalt

Välti oma näo katumist

Kõhides ja sissevõttes katan nina ja suu kasutades või salvrätikuga

Püsi kodus, kui teevana

Haigena väldin kontakti teiste inimestega

Pakun lähedastele abi või kasutan kontakti vältimiseks kaugteenust

Mask on abivahend haige hoolikajale, eriti meedikutele

Küsin nõu usaldusväärsest allikast

Tervisemure korral saab nõu perearstilt või perearsti nõuandeliinilt 1247

Vajadusel suunatakse kõne hädaabinumbri 112

1247 kriis.ee

Viimati uuendatud 01.04.2020



Kas sellest lehest oli abi?

Ei

Jah

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

