



## 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) »
- ◆ KORONAKAART »



## OLUKORD EESTIS

- ▶ **Vabariigi Valitsus kuulutas Eestis välja eriolukorra 1. maini 2020, et tõkestada koroonaviiruse haigus COVID-19 levikut.**
- ▶ **Kokku on Eestis koroonaviirus diagnoositud 858 inimesel.** Alates 31. jaanuarist on Eestis tehtud **15 725** koroonaviiruse testi.
  - ▶ Täna hommikuse, 2. aprill seisuga, vajab Eestis uue koroonaviiruse tõttu haiglaravi 85 patsienti, 16 inimest on juhitalval hingamisel. Haiglatest on välja kirjutatud 45 inimest.
  - ▶ Enim nakatunuid on analüüside tulemuste kohaselt vanusegrupis 50-54 eluaastat (11%) ning vanusegruppides 45-49 eluaastat (10%) ja 55-59 eluaastat (10%).
  - ▶ **COVID-19 tõttu on Eestis surnud 11 inimest**, nendest 10 haiglates ja üks hooldekodus.
- ▶ 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 vanemaealised 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 sotsiaalhoolekandetasutustes, 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 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 a 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 sümptomitele.
- ▶ Viirus võib põhjustada **köha, palavikku ja hingamisraskuseid**.
- ▶ **Viirus levib inimeselt inimesele piisknakkuse kaudu**, peamiselt lähedasel kontaktil nakkuskahtlase inimesega, kellel on nakkusele iseloomulikud 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)
- ▶ **Kriisifonitefonilt 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

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 viise 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%);
- ◆ verikõha (0,9%);
- ◆ konjunktiivide ärritus (0,8%).

Enamikel koroonaviirusesse nakatunutest kulgeb haigus kergelt.

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



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

Pesen käsi regulaarselt ja hoolikalt  
 Kõhides ja aevastades kaaran nina ja suu käsivarre või salvrätikuga  
 Kasutanud taskuräti viskan kahe prügikasti  
 Kui olen tõbine või haige, jään koju  
 Haigestumise kahjulike korral väldin kokkupuudet teiste inimestega  
 Terviseamete korral saab nõu perearstilt või perearsti nõuandeliinilt 1220, vältisamaalt helistades +372 634 6630  
 Vajadusel suunatakse kõne hädaabinumbrile 112  
 Täiendav info koroonaviiruse kohta: terviseamet.ee/viiruskoroonaviirus

SOTSIAALMINISTERIUM TERVISEAMET

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

Haigena või haigustunnustega ei ole poe külastamine lubatud  
 Hoida vähemalt kahemeetrist vahemaad teiste külaliste ja kaupluse töötajatega  
 Külalasta 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, kaupja jagub kõigile

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

Pesen käsi regulaarselt ja hoolikalt  
 Vältin oma näo katsumist  
 Kõhides ja aevastades kaaran nina ja suu käsivarre või salvrätikuga  
 Püüan kodus, ka tervena  
 Haigena väldin kontakti teiste inimestega  
 Palun lähedaste abi või kasutan kontakti vabu teenuseid toidu ja ravimite kujutõlmamiseks  
 Mask on abivahend haige hooldajale, eriti meedikutele  
 Kiisan nõu usaldusväärsetest allikast  
 Terviseamete korral saab nõu perearstilt või perearsti nõuandeliinilt 1220  
 Vajadusel suunatakse kõne hädaabinumbrile 112

1247 kriis.ee

Viimati uuendatud 02.04.2020



Kas sellest lehest oli abi?

Ei  Jah

Kuidas saaksime lehte parandada, et otsitule paremini vastata?

Saada



Facebook



Youtube



Telli  
uudiskiri



RSS  
Uudisvood

