



# Koroonaviiruse haigus COVID-19

- ❖ **MIS ON COVID-19?** » (<https://www.terviseamet.ee/et/mis-covid-19>)
- ❖ **SÜMPTOMID** » (<https://www.terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus/sumptomid>)
- ❖ **VIIRUSTEST HOIDUMINE** » (<https://www.terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus/viirusest-hoidumine>)
- ❖ **TESTIMINE** » (<https://www.terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus/testimine>)
- ❖ **HAIGESTUMINE** » (<https://www.terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus/haigestumine>)
- ❖ **RISKIRÜHMAD** » (<https://www.terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus/riskiruhmad>)
- ❖ **DESINFITSEERIMISVAHENDID** » (<https://www.terviseamet.ee/et/uuskoroonaviirus/desinfitseerimisvahendid-ja-pakkujad>)
- ❖ **ISIKUKAITSEVAHENDITE TOOTJAD EESTIS** » (<https://www.eas.ee/isikukaitsevahendid>)
- ❖ **PLAANILISE RAVI PIIRANGUTE LÕPETAMINE** » (<https://www.terviseamet.ee/et/COVID-19-trukised#tervishoiutootajale>)
- ❖ **JUHENDMATERJALID, TRÜKISED** » (<https://www.terviseamet.ee/et/COVID-19-trukised>)
- ❖ **KORDUMA KIPPUVAD KÜSIMUSED (KKK)** » (<https://www.terviseamet.ee/et/koroonaviirus/kkk>)

**[www.kriis.ee](http://www.kriis.ee)** (<https://www.kriis.ee/et>)» (<http://www.kriis.ee/et>)

**Terviseameti lehelt leiad ametlikult kinnitatud infot ja juhiseid uue koroonaviiruse puhangu kohta.**

**TERVISEAMETI RISKIHINNANGUD COVID-19 PIIRANGUTE LEEVENDAMISE TINGIMUSTES** » (<http://www.terviseamet.ee/et/terviseameti-riskihinnangud-covid-19-piirangute-leevendamise-tingimustes>)

**Tartu Ülikooli meditsiiniteadlaste tõendus põhise info COVID-19 kohta leiab siit** » (<https://meditsiiniteadused.ut.ee/e>)



# OLUKORDEESTIS

## TESTITUID

92 886

## POSITIIVSEID TESTE

1958

## SURNUID

69

**KOROONAVIIRUSE ANDMESTIK** (<http://terviseamet.ee/koroonakaart>) (<http://terviseamet.ee/koroonakaart>) » (<http://terviseamet.ee/koroonakaart>)

### **Vaata kokkuvõtet COVID-19 andmetest Eestis**

(seisuga 03.06.2020) » ([/sites/default/files/pictures/COVID-19/ulevaade\\_3.06.pdf](/sites/default/files/pictures/COVID-19/ulevaade_3.06.pdf)) (PDF)

**Toimetulek COVID-19 pandeemiaga. Eesti lugu.** » ([https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/COVID-19/COVID-19\\_seisuga\\_09.06.2020\\_.pdf](https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/COVID-19/COVID-19_seisuga_09.06.2020_.pdf)) (PDF)

(seisuga 09.06.2020) ([https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/COVID-19/COVID-19\\_seisuga\\_09.06.2020\\_.pdf](https://www.terviseamet.ee/sites/default/files/Nakkushaigused/COVID-19/COVID-19_seisuga_09.06.2020_.pdf)) (PDF)

Avalikus kohas viibimisel kehtib **2+2 reegel**: üheskoos tohib liikuda kuni kaks inimest ning teistega tuleb hoida vähemalt kahemeetrist vahemaad.

## VIIMASED UUDISED

**COVID-19 blogi, 10. juuni: ööpäevaga lisandus 11 positiivset testi** (<https://www.terviseamet.ee/et/uudised/covid-19-blogi-10-juuni-oopaevaga-lisandus-11-positiivset-testi>)

10.06.2020

**Terviseamet: hädaolukord on lõppenud, oleme hädaolukorra ohu faasis ja jääme ärksaks** (<https://www.terviseamet.ee/et/uudised/terviseamet-hadaolukord-loppenud-oleme-hadaolukorra-ohu-faasis-ja-jaame-arksaks>)

10.06.2020

**COVID-19 blogi, 9. juuni: ööpäevaga lisandus 7 positiivset testi** (<https://www.terviseamet.ee/et/uudised/covid-19-blogi-9-juuni-oopaevaga-lisandus-7-positiivset-testi>)

09.06.2020

**COVID-19 blogi, 8. juuni: ööpäevaga lisandus 1 positiivne test** (<https://www.terviseamet.ee/et/uudised/covid-19-blogi-8-juuni-oopaevaga-lisandus-1-positiivne-test>)

08.06.2020



**[Vaata kõiki Terviseameti uudiseid](https://www.terviseamet.ee/et/uudised)** » (https://www.terviseamet.ee/et/uudised)



## 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 varrukat (küünarvarre osa), aga mitte paljast kätt.

### **Välidi kontakti**

Kodust väljas liikudes hoia teistest inimestest vähemalt kahe meetri kaugusele.

### **Välidi silmade, nina ja suu katsumist**

Kui puudutad oma silmi, nina või suud mustade kätega, siis on võimalus, et viirus kandub ka sinule edasi.

### **Kui sul on palavik, köha, hingamisraskused, otsi varakult abi**

Sümptomite ilmnemisel võta ühendust perearstiga või helista perearsti nõuandeliinile 1220.

## COVID-19 SÜMPTOMID JA LEVIMINE

Tänase 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 iseloomuslikud sümptomid, eelkõige köha.

Viiruse peiteperiood on 2-14 päeva, keskeltläbi 5 päeva.

Koroonaviiruste põhjustatud nakkuse esmaseks ennetusmeetmeks on hea kätehügieeni järgimine.

### **COVID-19 STATISTIKA:**

[EESTIS](#) »

[EUROOPA REGIOONIS](#) »

[MAAILMAS](#) »



## MIDA TEHA, KUI KAHTLUSTAD NAKATUMIST?

### KUI SUL ESINEB VÄHEMALT ÜKS JÄRGMISTEST SÜMPTOMITEST:

köha

palavik >38°C

hingamisraskused

kurguvalu

### HINDA JA TEGUTSE VASTAVALT TERVISESEISUNDILE, KUI

1. **Sümptomid on pigem kerged või möödukad** - püsi kodus, jälgi enda seisundit ja isoleeri end.
2. **Sümptomid on rasked (palavik >38°C, köha)** - püsi kodus ja helista perearsti nõuandeliinile 1220 või oma perearstile.
3. **Tervise seisund on kriitiline (hingamisraskused ja vajad erakorralist abi)** - helista hädaabinumbri 112.
4. **Oled olnud lähikontaktis COVID-19 nakatanud inimesega** - püsi kodus, jälgi enda seisundit ja isoleeri end.

**Täida koroonaviiruse enesehindamisküsimustik** » (<https://koroonatest.ee/>)

## KUST KÜSIDA INFOT?

Tervist puudutavate küsimuste korral helista **perearsti nõuandetelefonile** 📞 **1220** või +372 634 6630 (saab helistada ka välismaalt).

Hingamisraskuse või õhupuuduse korral helista **hädaabinumbri** 📞 **112**.

Koroonaviirusega seotud küsimustele on ööpäevaringselt avatud tasuta häirekeskuse **kriisiinfotelefon** 📞 **1247**.

**Konsulaarabi telefonilt** 📞 **5301 9999** saab välisministeeriumi konsulaarinfot, kui oled välismaal hätta jäänud.

Küsimuste korral pöörduge **terviseameti poole e-posti teel**: kesk@terviseamet.ee  
(mailto:kesk@terviseamet.ee)



# AITA VABATAHTLIKUNA

❖ [www.vabatahtlikud.ee](https://vabatahtlikud.ee/) (https://vabatahtlikud.ee/) veebilehelt leiab **koondinfo vabatahtliku tegevuse kohta**.

Saab vabatahtlike appi kutsuda ning pakkuda ja küsida abi.

❖ [www.kogukondaitab.ee](https://kogukondaitab.ee/et/) (https://kogukondaitab.ee/et/) viib kokku koroonaviiruse tõttu **abi vajajad ja vabatahtlikud**.

❖ [www.VAAB.ee](http://vaab.ee/) (http://vaab.ee/) viib kokku **meditsiiniväljaõppega vabatahtlikud ja organisatsioonid**.

❖ [www.eesti.ee/pakunabi](https://www.eesti.ee/pakunabi) (https://www.eesti.ee/pakunabi/) kogub kokku info **ettevõtete ja erialaspetsialistide kohta**, kes soovivad oma abi pakkuda.

*Viimati uuendatud 10.06.2020*

Kas sellest lehest oli abi?

Kuidas saaksime lehte parandada, et otsitule paremini vastata?

