

Länsi-Götanmaan alueelliset suositukset

FINSKA

Covid-19-tauti leviää voimakkaasti. Tartuntasuojalääkäri on tehnyt päätöksen erityisistä suosituksista, jotka koskevat koko Länsi-Götanmaata.

Suosituksukset vahvistavat Kansanterveysviraston yleisiä ohjeita.

1. Rajoita uusien lähikontaktien määrää ja tapaa vain niitä henkilöitä, joita tapaat tavallisestikin. Vältä lähikontaktia, jos tapaat muita kuin lähimpään piiriisi kuuluvia henkilöitä. Tavatkaa mieluiten ulkona, mutta muistakaa pitää etäisyyttä myös siellä.
2. Vältä esimerkiksi joukkoliikennettä, ostoskeskuksia, liikkeitä ja muita paikkoja, jos niissä on tungoksen vaara. Tee ostoksesi aikoina, joina liikkeessä on vain vähän väkeä. Tee ostokset mahdollisimman nopeasti ja mieluiten yksinäsi.
3. Vältä mieluiten kaikkia matkoja, jotka eivät ole välttämättömiä. Jos kuitenkin joudut matkustamaan, tee se mahdollisimman turvallisella tavalla tartunnanvaaraa ajatellen. Vuonna 2004 ja sitä ennen syntyneiden tulee käyttää kertakäyttömaskia matkustaessaan joukkoliikenteen kulkuneuvoilla. Maskia tulee käyttää aina ruuhka-aikoina, mutta myös muina aikoina niin kauan kuin covid-19-tartunnat leviävät laajalti yhteiskunnassa.
4. Käytä kertakäyttömaskia ollessasi sisätiloissa pidempään ilman, että voit välttää lähikontaktia. Huomaa kuitenkin, ettei maskin käyttö korvaa ohjetta lähikontaktien välttämisestä ja etäisyyden pitämisestä. Tämä ei koske esikoulua eikä luokkaopetusta perus- ja lukiokoulussa.*
5. Työskentele myös jatkossa kotonasi niin usein kuin voit. Ellei kotona työskentely ole mahdollista työssäsi, vältä tungosta, pidä etäisyyttä ja pyri tapaamaan mahdollisimman harvoja henkilöitä. Tämä koskee myös kahvihuoneita ja henkilöstötiloja. Jos tunnet hengitystieoireita, jää kotiin, vaikka oireesi olisivatkin lieviä.
6. Lukiokoulujen osalta suosituksena on, että jokaista oppilasta tulee opettaa koulun tiloissa vähintään 20 prosenttia lukujärjestykseen merkitystä ajasta. Enintään kolmasosan koulun oppilaista tulee olla paikalla samanaikaisesti. Yläasteen osalta suosituksena on, että opetuksesta huolehditaan niin, ettei synny tungoksen vaaraa. Ala- ja keskiasteen osalta on tärkeää järjestää opetus mahdollisuuksien mukaan oman luokan puitteissa sekoittamatta eri oppilasryhmiä keskenään.

Suosituksukset ovat voimassa 17. helmikuuta – 1. huhtikuuta. Niiden sisältöä saatetaan muuttaa, jos covid-19-tilanne muuttuu. Suositusten voimassaoloa saatetaan myös jatkaa.

**Kouluissa maskin käyttöä suositellaan edelleenkin vain sellaisissa erityistilanteissa, jotka jatkuvat pitkään ja joissa et aikuisena voi pitää etäisyyttä. Luokkahuoneissa on usein vaikea pitää etäisyyttä, ja mitä nuoremmista lapsista on kyse, sitä vaikeampaa etäisyyden pitäminen on. Esille tulleiden tietojen ja kokemuksen mukaan on kuitenkin yhä ilmeisempää, että lapset eivät ole merkittäviä tartunnan levittäjiä, mutta että he luonnollisestikin voivat joskus tartuttaa muita. He eivät kuitenkaan levitä tartuntaa siinä määrin, että maskin käyttöä voidaan suositella heille yleisesti.*

Tilanteita, joissa ei ole mahdollista välttää tungosta, voi syntyä ennen kaikkea tietyissä työpaikkaympäristöissä. Kyseisen toiminnan harjoittajan ja työntekijöiden tulee yhdessä pyrkiä tunnistamaan nämä tilanteet. Rutiinit maskin käytölle, käytettävälle ja käsittelylle tulee laatia todetun tarpeen perusteella.

Kansanterveysvirasto toteaa yhteenvetona, että maskin käyttö hoidon ja hoivan ulkopuolella voi tietyissä tilanteissa olla perusteltua, kun on kyse aikuisista. Lasten ei tarvitse käyttää maskia. Osaksi lasten on vaikea käsitellä ja käyttää maskia oikein, ja osaksi he eivät levitä epidemiaa ja tartuntoja samalla tavoin kuin aikuiset.