



## Tarttuminen ja suojautuminen – koronavirus

Uusi koronavirus (SARS-CoV-2) tarttuu ensisijaisesti pisaratartuntana, kun sairastunut henkilö yskii tai aivastaa. Se voi tarttua myös kosketuksen välityksellä, jos sairastunut on esimerkiksi yskinyt käsiinsä ja on sen jälkeen koskenut toiseen ihmiseen. Pintojen osuus viruksen leviämässä ei nykytiedon mukaan ole merkittävä.

Jokainen voi omalla toiminnallaan hidastaa koronaviruksen leviämistä. Arkielämässä tartuntoja voi ehkäistä huolehtimalla käsihygieniasta ja välttämällä lähikontakteja muihin ihmisiin.

### Pese kätesi aina

- kun tulet ulkoa sisään
- ennen ruoan laittoa ja ruokailua
- wc-käynnin jälkeen
- niistämisen, yskimisen tai aivastamisen jälkeen
- kun olet koskenut samoja pintoja kuin flunssainen henkilö.

**Älä koskettele silmiä, nenää tai suuta, ellet ole juuri pessyt käsiäsi.**

Käsihygienia on tärkein keino ehkäistä myös vatsatauteja ja matkaripulia.

### Pysäytä mikrobien leviäminen

Suojaa suusi ja nenäsi kertakäyttönenäliinalla, kun yskit tai aivastat.

- Jos sinulla ei ole nenäliinaa, yski tai aivasta puserosi hihan yläosaan, älä käsiisi.
- Laita käytetty nenäliina välittömästi roskeen.

### Lähikontaktien vähentäminen

- Lähikontaktien vähentäminen on nyt tärkeää myös terveille ihmisille, koska siten hidastetaan epidemian leviämistä.
- Kun liikut ulkona, pidä vähintään 1–2 metrin etäisyys muihin ihmisiin.
- Älä kättele.

## TARKENTAVIA KORONAOHJEITA ANNETAAN PAIKAN PÄÄLLÄ

