

Huomioi hengitystieinfektioiden ehkäisy myös jouluna ja uutena vuotena – THL päivitti koronaohjeistuksiaan

20.12.2022

Suomessa liikkuu tällä hetkellä runsaasti eri hengitystieinfektioita. Influenssaepidemia on alkanut ja RS-viruksen aiheuttamia tautitapauksia on paljon. Koronatilanne on vakaa, mutta virusta kiertää väestössä edelleen runsaasti.

Koronalta, influenssalta ja muilta hengitystieinfektioilta voi suojautua samoin keinoin:

- Ota suositellut rokotukset – ne ovat paras keino suojautua vakavalta taudilta.
- Sairasta kotona – myös joulun aikaan.
- Pese kädet, yski ja aivasta hihaan – hengitystieinfektioita vältetään parhaiten huolehtimalla hygieniasta.
- Arvioi oma riskisi, käytä tarvittaessa maskia ja pidä etäisyyttä.
- Huolehdi ilmanvaihdesta.

”Samat varotoimet pätevät kaikkiin hengitystieinfektioihin. Tärkeää niiden ehkäisyssä on, ettei lähde sairaana esimerkiksi kyläilemään jouluksi. Itse kukin voi näin suojata etenkin riskiryhmiä, kuten vanhuksia”, sanoo THL:n ylilääkäri **Tuula Hannila-Handelberg**.

Kansalaisille suunnattuja koronaohjeita päivitetty

THL on päivittänyt kansalaisille suunnattuja koronaohjeitaan. Verkkosivujen koronasisältöjä on yhdenmukaistettu muiden infektiautien sivuja vastaaviksi.

Perustietoa koronaviruksesta ja koronataudin oireista löytyy vastedes koottuna tiiviisti yhdelle verkkosivulle. Ohjeita kaikenlaisten hengitystieinfektioiden ehkäisyyn on keskitetty yhdeksi kokonaisuudeksi.

”Koronavirukseen kannattaa suhtautua kuten muihinkin hengitystieinfektioihin. Juuri koronavirusta koskeville erityisille ohjeille ei enää ole tarvetta”, Hannila-Handelberg toteaa.

Eri hengitystieinfektioita hoidetaan samalla tavalla

Koronaviruksen aiheuttamaa tautia ei useinkaan voi erottaa muista hengitystieinfektioista oireiden perusteella. Lievää koronavirusinfektiota hoidetaan samalla tavoin kuin tavallista flunssaa.

Jos yleisvointi laskee tai oireet ovat vakavia, on syytä olla yhteydessä terveydenhuoltoon, kuten aina muidenkin sairastumisien kohdalla.

”Riskiryhmiin kuuluvien kannattaa matalalla kynnyksellä olla yhteydessä omaan terveydenhuoltoonsa. Riskiryhmäläisillä koronaoireiden hoitoon on mahdollista aloittaa tarvittaessa lääkehoito”, Hannila-Handelberg sanoo.

Aiemmin suositeltiin, että koronaan sairastunut välttäisi kontakteja viisi vuorokautta oireiden alusta. Nyt voi toimia kuten tavallisen flunssan ja nuhakuumeen kanssa: arkeen voi palata, kun kuume on poissa ja oireet ovat selvästi vähentyneet.

”Hengitystieinfektioon sairastuneena on hyvä jäädä kotiin lepäämään. Töihin, kouluun ja päiväkotiin voi palata, kun oireet ovat selvästi vähentyneet ja mahdollinen kuume on poissa. Lapsen kohdalla on hyvä odottaa, että lapsi jaksaa osallistua opetukseen tai varhaiskasvatuksen toimintaan. Työpaikat voivat antaa omia ohjeistuksia”, Hannila-Handelberg sanoo.

Viruserinfektioissa tartuttavuus vähenee nopeasti oireiden alkamisen jälkeen. Jälkinuha tai -yskä voi jatkua pitkäänkin, eikä se estä paluuta esimerkiksi töihin, kouluun ja päiväkotiin.

Koronalle altistuneet voivat jatkaa arkeaan normaalisti

Vaikka perheessä olisi koronatartunta, voivat muut perheenjäsenet mennä normaalisti esimerkiksi töihin, kouluun, päiväkotiin ja harrastuksiin, jos he itse ovat oireettomia.

Koronan kotitestejä voi edelleen käyttää halutessaan. Terveystieteiden tutkimuskeskuksessa koronatestejä tehdään vain rajatusti muun muassa oireisille vakavan koronataudin riskiryhmiin kuuluville.

THL jatkaa koronavirustilanteen seurantaa ja raportoi muun muassa sairaanhoidon tilanteesta, koronaviruksen esiintyvyydestä jätevedessä ja havaituista virusvarienteista.

Lisätiedot

- [Koronavirus SARS-CoV-2](#)
- [Hengitystieinfektioiden ehkäisy](#)
- [Hengitystieinfektioiden itsehoito \(Terveyskylä\)](#) 
- [Koronaviruksen kotitestit](#)
- [Rokotteet ja koronavirus](#)
- [Tilannekatsaus koronaviruksesta](#)

Tuula Hannila-Handelberg

ylilääkäri

THL

029 524 7701

etunimi.sukunimi@thl.fi

Tulosta