



# Lapsevanema meelespea

## Mis juhtus?

## Kuidas peaksin tegutsema? Esimesed sammud

## Kuidas peaksid käituma teised pereliikmed (õed-vennad jne)?

Laps on jäänud haigeks (sh ka kerged haigus-sümptomid), aga sa ei tea, kas tegu on koroonaviirusega

1. Jäta laps koolist/lasteaiast/huviringist/trennist koju (samuti peab laps hoiduma kontaktidet sõprade, sugulastega ning ei tohi käia mängutubades jne).
2. Võta ühendust perearstiga.
3. Teavita koolis klassijuhatajat/lasteaias rühmaõpetajat/huviringi õpetajat/treenerit.
4. Kui pead lapsega jääma koju, siis teavita tööandjat (kui kaugtöö pole võimalik, siis saad jääda hoolduslehele)

Terved pereliikmed võivad tööl/koolis/lasteaias/huviringis edasi käia. Kui on siiski tõsisem kahtlus (lisaks sümptomitele ka kokkupuude nakatunuga, koroonaviirusele väga iseloomulikud sümptomid, perearst saadab testimata), et tegu võib olla koroonaviirusega, siis tuleks ennetava meetmena koju jääda ka ülejäänud perekonnal (vt järgmine punkt).

Laps on suunatud testi tegema, aga ei tea veel testi vastust

Laps peab kindlasti jääma koju kuni testitulemus on saadud (sh huviringidest/trennidest, hoiduma sõpradega kohtumisest). Hoia klassijuhatajat/lasteaias rühmaõpetajat/huviringi õpetajat/treenerit infoga kursis.

Kui üks pereliige on suunatud testimata, st on kahtlus, et tegu võib olla koroonaviirusega, peab ennetava meetmena koju jääma ka ülejäänud perekond kuni testitulemus on selgunud.

Laps on saanud positiivse koroonaviiruse testitulemuse

1. Koroonaviirusega nakatunud laps peab kohe jääma koju kuni tervenemiseni. Otsuse tervenemise osas teeb perearst.
2. Ka ülejäänud perekond peab kohe jääma koju.
3. Teavita haigestunud lapse koolis klassijuhatajat\*/lasteaias rühmaõpetajat/huviringi õpetajat/treenerit.
4. Teavita kohe kõiki tuttavaid ja sõpru, kellega haigestunud lapsel oli kaks päeva enne esimeste sümptomite teket (kui sümptomid puuduvad, siis enne positiivset testitulemust) kontakt. Tõenäoliselt on nad lähikontaktid ja peaksid jääma koheselt kodusse isolatsiooni.
5. Teavita oma tööandjat. Kui kaugtöö pole võimalik, siis vormista hooldusleht/haigusleht.
6. Teiega võtab perearst ja/või terviseameti inspektor, et anda edasisi suuniseid (telefonikõne/sõnum/e-post).  
Vaata lisainfot: <https://www.terviseamet.ee/et/COVID-19-trukised#haigestunu>.

*\*Ei piisa vaid lapse haigeks märkimisest e-koolis või Stuudiumis, sest seeläbi ei jõua teadmine koolini. Kõige lihtsam viis on võtta kooliga ühendust telefoni teel. Kui kasutate e-kanaleid, siis kindlasti lisa märkusena, et laps on andnud positiivse koroonatesti.*

Kogu perekond on lähikontaktid ja peavad koheselt jääma 10 päevaks kodusse eneseisolatsiooni ehk kogu perekond peab 10 päeva püsima kodus. Väljas võib käia (nt poes, apteegis, koeraga jalutamas) lähikontaktseks kuulutatud pereliige ainult juhul, kui tal puuduvad igasugused sümptomid ja ta väldib kodust väljas käies kontakte teiste inimestega. Kui kaugtöö tegemine ei ole võimalik, saab lähikontaktse võtta haiguslehe. Selleks peab pöörduma perearsti poole.

Laps on koolist suunatud distantsõppele

Selgita välja, mis põhjusel on distantsõpet kasutatud – kas laps on lähikontaktne või on distantsõpet rakendatud mingil muul põhjusel (nt e-õpet on kasutatud hajutamise eesmärgil või mitmed kooli õpetajad on lähikontaktseks kodus ja kontaktõppe läbiviimine koolimajas ei ole seetõttu võimalik vms). Kui laps ei ole lähikontaktne, võib ta käia edasi huviringis/trennis, kohtuda sõpradega jne.

Ülejäänud perekond distantsõppele saadatud lapse puhul kodusse eneseisolatsiooni jääma ei pea.

Laps on puutunud kokku kellegagi, kes on saanud positiivse testitulemuse (nt suunatud koolist koju distantsõppele, sest klassis on nakatunu)

1. Laps on lähikontaktne ja peab KOHE\*\* jääma 10 päevaks kodusse isolatsiooni (ei tohi käia ka trennis/huviringis, kohtuda sõpradega jne). Pärast 10. päeva on soovitatav teha test.
2. Jälgi hoolega lapse tervist ja isegi väheste haigus-sümptomite korral teavita kohe perearsti, kes saab suunata lapse testimata.
3. Kui laps puutus nakatunuga kokku väljaspool kooli/lasteaias, siis teavita ka klassijuhatajat/rühmaõpetajat.
4. Jää ootama terviseameti suuniseid (telefonikõnet/sõnumit/e-posti).  
Vaata lisainfot: <https://www.terviseamet.ee/et/COVID-19-trukised#haigestunu>

*\*\*Lähikontaktseks loetakse isik, kes on nakatunuga kokku puutunud kahe päeva jooksul enne seda, kui nakatunul tekkisid esimesed sümptomid (nakkusohtlikul ajal). Lähikontaktseks määratakse nakatunult saadud info alusel. Kui nakatunu viibis nakkusohtlikul perioodil koolis/lasteaias/trennis/tööl vms, siis tuvastatakse lähikontaktid koostöös vastava asutusega. Nimekirjade koostamine ja kõigi nimekirjas olevate inimestega kontakteerumine võtab terviseametil aega, seepärast on oluline ise tegutseda kohe, kui info kokkupuute kohta sinuni jõuab.*

Ülejäänud pereliikmed on lähikontaktse kontaktid ning neile eneseisolatsiooni nõuet ei teki. Küll aga võiks nii lapsevanemad kui õed-vennad vähendada oma igapäevast kontaktide arvu ning võimalusel töötada/olla kodus.