



## COVID-19 viiruse leviku tõkestamine

Austatud vallavanem/linnapea

Kuigi nakatumine Eestis on statistiliselt madalam kui mitmetes teistes riikides, levib COVID-19 globaalselt ja hakkab Eestis laiemalt levima kohe, kui me oma käitumisega selleks võimaluse anname. **Seda, et oht ei ole kadunud, näeme viimastel päevadel Ida-Virumaa numbritest, mis on olnud kiires kasvutrendis.**

COVID-19 kinnitatud juhtude kumulatiivne haigestumus Ida-Virumaal on 47,9/100 000 elaniku kohta. Eesti nakkuskordaja ehk viimase 14 päeva haigestumus 100 000 inimese kohta on 10,3 (seisuga 26.08.2020). Omavalitsuste järgi asub enim haigeid Jõhvi vallas, kus nakkuskordaja on 257 ning Kohtla-Järve linnas, kus nakkuskordaja on 74.

Võrreldes eriolukorra ajaga on positiivse testitulemuse saanud isikute lähikontaktsete arv tunduvalt suurem. Jätkuvalt on oluline, et igas asutuses on olemas piisav isikukaitsevahendite varu ja töötajatel on oskused neid vahendeid kasutada. Me peame üheskoos viiruse leviku tingimustes veel vastu pidama, sealjuures tuleb hoida eritähelepanu all riskirühmad ja hooldekodud.

Terviseametile on mõistetav haridus- ja sotsiaalasutuste soov liikuda harjumuspärasema elu- ja töökorralduse poole, kuid selleks tuleb siiski silmas pidada mõningaid reegleid.

### Üldiselt:

- koroonaviirus levib inimeselt inimesele, parim viis haigestumist vältida on lihtsalt hoida distantsi teistest inimestest, vaatamata kohale või olukorrale;
- haigetel inimestel tuleb püsida kodus. Soovitus hõlmab kõiki – nii õpilasi, õpetajaid, valla ja linna töötajaid kui ka üldist personali;
- jälgida hingamisteede hügieeni (kõhimisel ja aevastamisel katta suu ja nina);
- regulaarne kätepesu ning kätepesuvõimaluse ja/või desinfitseerimisvahendite olemasolu;
- võimalusel hoida distantsi ning hoiduda lähikontaktist (<2m, >15min);
- töö- ja õpperuumide regulaarne tuulutamine, koristamine ning kontaktpindade desinfitseerimine;
- kui oled lähikontaktne või saanud positiivse testitulemuse, järgi kõiki suuniseid, mis sulle on antud – ainult nii on võimalik vältida nakkuse edasist levikut;
- laadi Google Play või App Store'i kaudu oma telefoni mobiilirakendus HOIA, mis teavitab sind, kui oled olnud lähikontaktis koroonaviiruse kandjaga. Samuti saad nii anonüümselt teavitada teisi kasutajaid enda haigestumisest. Rakenduse kasutajate telefonid vahetavad Bluetoothi teel omavahel anonüümseid koode ning riik, rakenduse tootja ega telefoni tootja ei saa teada, kes kellega lähikontaktis oli. Loe lisa [www.hoja.me](http://www.hoja.me)

### **Koolid:**

- oluline on luua igale klassile oma koduklass, et vähendada õpilaste liikumispiirkonda;
- õpetajate tuba ja muud ruumid võimalusel hajutada (nt luua mitu õpetajate tuba, et ühes ruumis ei tekiks ülerahvastatust ja distantsi hoidmine oleks võimalik);
- söögivahetund on üldjuhul väga rahvarohke, eriti suuremates koolides. Nakkuse leviku vähendamiseks võiks söögivahetundi pikendada ja klasse (väiksemate gruppides) erinevatel aegadel sööklasse lasta või söögivahetunde juurde teha, et sööklas oleks võimalik õpilasi maksimaalselt hajutada;
- kõiki ühiskasutatavaid ruume (ka klasse) tuleb võimalusel regulaarselt tuulutada;
- nii õpilased kui õpetajad/personal austavad distantsi hoidmise reeglit;
- tagada õpilastele ja õpetajatele/personalile võimalused hügieeniliseks kätepesuks sooja vee ja seebiga.

### **Lasteaiad:**

- hoida lasteaiarühmad teistest rühmadest eraldi;
- sööklas tuleb toitlustamine hajutada või korraldada toitlustamine rühmaruumis, et vähendada lähikontaktide tekkimist;
- õpetajad ja muu personal peaks hoidma oma rühma piirkonda, et mitte sattuda lähikontakti teise rühma töötajatega (sel juhul potentsiaalsel nakkuse levikul ei pea sulgema tervet lasteaeda, vaid ainult rühm, kus nakatunud isik viibis);
- tagada lastele ja õpetajatele/personalile võimalused hügieeniliseks kätepesuks sooja vee ja seebiga.

### **Hooldekodud:**

- külastuste hajutamiseks on soovitatav kehtestada/kaasajastada hoolekandeaustuse põhised külastusreeglid (nt eelnev külastusest teavitamine, külastuste graafik, tervisedeklaratsioon jne);
- tuleb olla valmis „puhta“ ja „musta“ tsooni loomiseks;
- vältida töötajate rotatsiooni hoones;
- haigetel inimestel tuleb jääda koju;
- hoolekandeaustuse töötajatel kasutada kaitsemaski ka praegu klientidega kokkupuutel, kuna tegevusi pole võimalik läbi viia distantsilt;
- jälgida hingamisteede hügieeni (kõhimisel ja aevastamisel katta suu ja nina);
- regulaarne kätepesu, kätepesu ja/või desinfitseerivate vahendite olemasolu tagamine;
- tööruumide regulaarne tuulutamine, koristamine ning kontaktpindade desinfitseerimine peale iga läbiviidud tegevust;
- mõelda läbi ja varuda vajalik isikukaitsevahendite tagavara.

### **Teiste sotsiaaltöoga seotud tegevuste puhul (lastekaitse spetsialistid/sotsiaaltöötajad jt):**

- isikute kodusel külastamisel ja/või transportimisel (hiljem ka transpordivahendi puhastamine/desinfitseerimine) tuleb töötajal kasutada maski ja/või kindaid;
- jälgida tuleb käte hügieeni ja võimalusel hoida distantsi.

**Järgmise kuu tegevused on väga olulised viiruse leviku tõkestamiseks nii Lääne- kui Ida-Virumaal, kuna paljud inimesed liiguvad mõlema maakonna piires aktiivselt.** Terviseamet palub pöörata erilist tähelepanu teenuse osutamisel erinevates valdkondades. Lähikontaktide puhul palume kasutada kaitsemaske ja kindaid. Samuti kaaluda siseruumides ürituste korraldamisel, kas praeguse kiire COVID-19 leviku valguses, on tagatud kõik meetmed, et hoida ära nakkuse levikut.

Kohaliku tasandi koostöö on ülioluline, sest nii suudame parimal võimalikul viisil aidata inimesi vahetult nende mures ning tõkestada viiruse levikut. Omalt poolt tagab terviseamet nakkushaiguse leviku ennetamiseks ning tõkestamiseks vajamineva igakülgse koostöö.

Lugupidamisega

(allkirjastatud digitaalselt)  
Marje Muusikus  
osakonnajuhataja

Alli Alas 5982 1740  
alli.alas@terviseamet.ee