



APTEEKKI TIEDOTTA

Koronaviruksesta uutisoidaan vilkkaasti, mikä voi aiheuttaa huolta. Kausi-influenssaa ja tavallisia flunssaviruksia on nyt runsaasti liikkeellä. Kaikki hengitystieinfektiot eivät ole koronaviruksen aiheuttamia. Kaikkien virusten leviämistä voi estää samoilla keinoilla.

Näin estät hengitystieinfektioita aiheuttavia viruksia leviämistä

PESE KÄTESI VEDELLÄ JA SAIPPUALLA USEIN JA HUOLELLISESTI

- Kotiin tai työpaikalle saapuessasi
- Ennen ruokailua
- Yskimisen tai aivastuksen jälkeen
- WC-käynnin jälkeen

Kuivaa kätesi huolellisesti. Käytä julkisissa tiloissa aina kertakäyttöpyyhkeitä. Jos vesi-saippuapesu ei ole mahdollista, käytä käsien desinfektioainetta.

SUOJAA SUUSI JA NENÄSI KERTAKÄYTTÖNENÄLIINALLA, KUN YSKIT TAI AIVASTAT

- Jos nenäliinaa ei ole, yski tai aivasta puserosi hihan yläosaan, älä käsiisi.
- Laita käytetty nenäliina välittömästi roskeen.
- Suu-nenäsuojuksen käyttö ei yleensä ole tarpeellista tartunnalta suojautumisen kannalta. Jos olet sairas, voit suojata läheisiäsi käyttämällä suu-nenäsuojusta.

VÄLTÄ TARPEETONTA KOSKETUSTA TARTUNTAVAARALLISIIN PINTOIHIN

- Vältä koskettamasta kaiteita ja muita tukirakenteita julkisissa tiloissa ja kulkuvälineissä.
- Vältä kosketelemasta käsillä suuta, silmiä tai kasvojen aluetta.
- Vältä epidemiatilanteessa kättelemistä.

JOS EPÄILET SAANEESI TARTUNNAN

- Influenssan oireita ovat korkea kuume, hengitystieoireet, kuten kurkkukipu, yskä ja nuha, jäsenten särky, vilunväristykset, päänsärky ja väsymys.
- Uuden koronaviruksen tyypillisiä oireita ovat kurkkukipu, yskä, kuume, hengenahdistus, lihaskivut ja päänsärky.
- Jos sinulla on syytä epäillä influenssa- tai koronavirustartuntaa, pysy kotona ja ota yhteys terveydenhuoltoon puhelimitse.