



Tietoa koronaviruksesta internetsivuilla ja puhelinneuvonta numerot

Ajankohtaista ja luotettavaa tietoa koronaviruksesta (COVID-19)

- Keusoten koronavirus (COVID-19) tiedotteet ja Koronavirustilannetietoa kuntalaisille löytyvät Keusoten internet-sivustolta www.keski-uudenmaansote.fi/koronavirus.
- Keusote on avannut neuvontanumeron, josta voi kuunnella nauhoitteen ajankohtaisesta koronavirustilanteesta.
- Neuvontanumero on **019 226 0099** ja se on avoinna vuorokauden ympäri.
- Valtakunnallinen puhelinneuvonta P. **0295 535 535**
- Puhelinneuvonta on auki arkipäivisin klo 8-21 ja lauantaisin klo 9-15
- Puhelinneuvonnasta ei saa terveysneuvontaa eikä ohjausta päivystyksellisissä asioissa.
- Luotettavaa ja ajantasaista tietoa saa **Terveyden- ja hyvinvoinninlaitoksen** sivuilta www.thl.fi etusivulla koronavirus.

Sivustoilta löytyy tietoa hengitystieinfektioiden tartuntojen torjunnasta.

- Ensisijaisesti tulee huolehtia hyvästä käsihygieniasta.
- Älä kosketele silmiä, nenää tai suuta, ellet ole juuri pessyt käsiäsi.
- Pese käsiä vedellä ja saippualla ainakin 20 sekunnin ajan.
- Pese kädet, 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.
- Suojaa suusi ja nenäsi kertakäyttönenäliinalla, kun yskit tai aivastat. Jos sinulla ei ole nenäliinaa, yski tai aivasta puserosi hihan yläosaan, älä käsiisi.