

## Ohjeita oppilaiden huoltajille

Yskä, kurkkukipu, kuume, hengenahdistus, lihaskivut, vatsaoireet ja päänsärky voivat olla oireita koronainfektiosta. Koronavirusinfektion mahdollisuuden vuoksi on suositeltava joko tehdä oirearvio osoitteessa [www.omaolo.fi](http://www.omaolo.fi) tai soittaa omalle terveysasemalle tai 116 117. Koronavirus-näytteenottoajan voi varata osoitteesta <https://omasote.kainuu.fi>, soittamalla Sotkamon terveysasemalle 08 6156 5009 tai 116 117.

Oireisten tulee herkästi hakeutua koronavirustestiin. Mikäli testituloksena on negatiivinen ja oireilu selvästi vähenemässä, voi kouluun palata vaikka oireet eivät olisi kokonaan väistyneet. Ennen testituloksen valmistumista on kuitenkin vältettävä kontaktia muihin. Jos oireet myöhemmin alkavat uudelleen, tulee hakeutua uuteen testiin.

Jos oireilu kuitenkin on hyvin lievää, eikä alakouluikäinen oppilas (vuosiluokat 1-6) tietyvästi ole altistunut varmistetulle koronavirustapaukselle eikä perheestä kukaan ole matkailut edeltävästi 14 vuorokauden aikana, oireita voi seurata kotona ilman testaamista. Kouluun voi palata yhden oireettoman päivän jälkeen.

Oireiset yläkouluikäiset oppilaat (vuosiluokat 7-9) tulee testata myös lieväoireisina.

Saman perheen samaan aikaan sairastuneista riittää yksi negatiivinen koronatestituloksena. Kaikkia perheenjäseniä ei tarvitse testata.

Jos oireet johtuvat allergiasta ja helpottavat selvästi allergialääkityksen aloittamisen jälkeen, voi kouluun palata vaikka oireet eivät olisi kokonaan väistyneet. Jos oireet eivät helpota lääkityksestä huolimatta, tulee hakeutua testiin. Jos testituloksena on negatiivinen, voi kouluun palata.

Koronavirus tarttuu ensisijaisesti pisaratartuntana. Oikein toteutettu yskimis- ja käsihygienia estää tartuntoja.

- Sekä lapset että aikuiset pesevät kätensä aina tullessaan kouluun, sekä ennen kotiinlähtöä. Lisäksi kädet pestään ennen ruokailua, aina ulkoa sisälle tullessa, sekä aina aivastamisen tai yskimisen jälkeen, tai kun kädet ovat näkyvästi likaiset. Kädet kuivataan kertakäyttöisiin paperisiin käsipyyhkeisiin.
- Jos käsienpesumahdollisuutta ei ole, käytetään käsihuuhdetta. Lasten käsihuuhteen käyttö tapahtuu aikuisen valvonnassa.
- Aivastamisen tai yskimisen yhteydessä suun eteen laitetaan kertakäyttönenäliina, joka heitetään roskeen heti käytön jälkeen. Jos nenäliinaa ei ole saatavilla, suojataan suu kynnärtaipeella. Kädet pestään tämän jälkeen.

28.8.2020

Kouluterveydenhuolto toimii kouluilla normaalisti. Yhteydenotot puhelimitse tai Wilman kautta.

Kainuussa on todettu koronavirustartuntoja, joiden johdosta Kainuun Sote on tänään antanut suosituksen maskien käyttämisestä. Sotkamon kunta on jakanut lukio-opiskelijoille maskit, joita suositellaan käyttämään koulumatkan aikana julkisessa liikenteessä (koulukuljetukset). 9.luokan oppilaille on jaettu maskit, joita oppilaat voivat halutessaan käyttää koulukuljetuksissa. Maskien käyttämisen ohjeita tarkennetaan myöhemmin.

Lisätietoja:

Ville Manninen

kasvatusjohtaja

[ville.manninen@sotkamo.fi](mailto:ville.manninen@sotkamo.fi)

044 750 2298