



Valtioneuvoston tavoite on suojata erityisesti yli 70-vuotiaat henkilöt koronavirustartunnalta. Ikäihmisillä on selkeästi nuoria ihmisiä suurempi riski saada taudista vakavia, sairaalahoitoa vaativia oireita.

Toimintaohjeena yli 70-vuotiaat velvoitetaan pysymään erillään lähikontakteista muiden ihmisten kanssa mahdollisuuksien mukaan, eli karanteenia vastaavissa olosuhteissa.

Valtioneuvosto kehottaa yli 70-vuotiaita välttämään lähikontakteja ja liikkumista kodin ulkopuolella, koska ne lisäävät tartuntariskiä. Mikäli on välttämätöntä käydä itse kaupassa, apteekissa tai terveysasemalla tai muutoin asioida, se olisi hyvä tehdä silloin, kun muita asiakkaita on liikkeellä vähän. Etäisyyttä muihin ihmisiin on pidettävä vähintään metrin verran. Tehostetusta käsihygieniasta on tärkeää huolehtia.

Omia toimintakäytäntöjä ja tapoja on jokaisen syytä miettiä tartuntatautien leviämisen näkökulmasta ja tarvittaessa on muutettava toimintaansa ehkäisemään turhia riskejä.

Ohjeita ikääntyneiden ja riskiryhmässä olevien omaisille ja läheisille

Kaikkia pyydetään ottamaan huomioon tartuntariski ja omalla toiminnallaan estämään tautia leviämistä. Yli 70-vuotiaiden ja muiden riskiryhmässä olevien luona ei pidä tarpeettomasti vieraila. Yhteyttä heihin voi pitää esimerkiksi puhelimitse.

Mikäli vierailu on välttämätöntä, kättelystä, halaamisesta ja muista lähikontakteista pitää luopua, ellei se ole hoidon ja huolenpidon turvaamiseksi täysin välttämätöntä esimerkiksi hoitohenkilökunnalle. Vierailulla pitää käyttää esimerkiksi huivia tai suojata muutoin hengitystiensä.

Myös yli 70-vuotiaiden ja riskiryhmässä olevien läheisiä kehoitetaan ottamaan huomioon mahdollinen tartuntavaara muiden kontaktien välityksellä.

Naapurit ja läheiset ihmiset ovat tärkeitä tukijoita arjen sujumiseksi poikkeusoloissa.

Miten toimit, jos epäilet koronavirus-infektiota?

Jos sinulla on vain lieviä oireita, sairasta kotona.

Alueella esiintyy nyt paljon influenssaa, RS-virusta ja muitakin hengitystieinfektioita. Koronavirusinfektion oireet voivat olla hyvin samantyyppiset. Taudinaiheuttajasta riippumatta, jos oireesi ovat lieviä, lepää kotona ja vältä sosiaalisia kontakteja. Jos vointisi huononee ja tarvitset arviota sairaanhoidon tarpeesta, soita OYS:n ympärivuorokautisesti palvelevaan neuvontanumeroon, puh. 08 315 2655

Valtakunnallinen neuvontapuhelin palvelee numerossa 029 553 5535 arkisin kello 8–21 ja lauantaisin kello 9–15. Numerosta saa yleistä tietoa koronaviruksesta, mutta ei terveysneuvontaa eikä ohjausta päivystyksellisissä akuuteissa oireissa.

Kärsämäen terveyskeskuksessa on varattu oma sisäänkäynti ja tilat hengitystieinfektio-oireisia potilaita varten. Seuraa opasteita terveyskeskuksella. Jos sinulla on flunssaoireita ja tarve asioida terveyskeskuksessa ota yhteys aina ensin puhelimitse puh. 044-445 6937, toimintaohjeet annetaan puhelimesta.

23.3. – 26.3.2020 mammografiaan kutsuttujen tutkimus Kärsämäen terveyskeskuksessa on peruttu koronavirusepidemian aiheuttaman tartuntariskin vuoksi.

Asiointiapua yli 70-vuotialle

Naapuriapua täydentämään Kärsämäki Yhdessä ry ja Kärsämäen kunta järjestävät yhdessä muiden järjestöjen ja vapaaehtoisten kanssa asiointiapua yli 70-vuotialle kuntalaisille mahdollisuuksien mukaan.

Asiointiapua järjesteele projektiohjaaja Jorma Seppälä (puhelin 040 184 3437) Kärsämäen kunnan työllisyyspalvelusta. Järjestöjä ja vapaaehtoisia sekä asiointipalvelun tarvitsijoita pyydetään ilmoittautumaan hänelle.

K-Market Keskipiste

Hyvät asiakkaamme!

Aukaisemme pe 27.3, ma 30.3, ke 1.4, ma 6.4, ke 8.4 kaupamme jo klo 7:00 AINOASTAAN koronaviruksen suurimpiin riskiryhmiin kuuluville asiakkaille, jolloin heillä on mahdollisuus tunnin asiointiin ennen muita asiakkaita.

Hyvä muistilista jokaiselle kaupassa asioivalle on:

- älä tule kipeänä kauppaan
- pese kädet ennen ja jälkeen kauppareissun
- muista turvaväli sekä henkilökuntaan, että muihin asiakkaisiin
- kysy tarvitseeko joku lähipiirissäsi kauppa-apua
- suosi korttimaksamista

Hätätapauksissa toimitamme myös ruoat kotiovelle, soittamalla yhteyttä suoraan Pasille 0400 708149

Terveisin : Pasi ja Minna Henkilökuntineen

Hyvä Kärsämäen apteekin asiakas!

Muutama tiedotettava asia koronaviruksen aiheuttamassa tilanteessa:

- Apteekki palvelee sinua normaalein aukioloajoin.
- Lääkkeillä on tällä hetkellä hyvä saatavuus apteekissamme.
- Kun et tule flunssaoireisena apteekkiin, suojaat muita asiakkaita ja henkilökuntaamme.
- Apteekin pintoja tehopuhdistetaan jatkuvasti, jotta apteekissa olisi turvallista asioida ja työskennellä.

Miten 70-vuotiaan kannattaa asioida Kärsämäen apteekissa?

- Ensisijaisesti kannattaa pyytää toista henkilöä, joka ei kuulu riskiryhmään, asioimaan puolestaan apteekissa.
- Vaihtoehtoisesti myös soittaa meille lääketilauksen valmiiksi ja toimitamme lääkkeet autoosi apteekin etupihalle. Varaathan käteistä valmiiksi.
- Jos mikään muu asiointitapa ei onnistu, tällöin apteekki toimittaa mahdollisuuksien mukaan lääkkeet kotiisi. Tästä perimme pienen maksun. Kotiinkuljetuksessa käteismaksu tai lasku.

Apteekki palvelee MA-PE 9-17 ja LA 9-15.

puh. 08 771 004

Tervetuloa apteekille!

S-Market Kärsämäki

Palvelemme normaalisti aukioloaikojen mukaan.