

Oulu Belediyesi'nin karantina veya izolasyona tabi tutulan kişilere yönelik talimatları

Eğer koronavirüse maruz kalmış iseniz, bulaşıcı hastalıklar doktoru sizi **karantina** altına alabilir.

Test sonucunda sizde koronavirüs enfeksiyonu saptandıysa, bulaşıcı hastalıklar yetkilileri sizi **izolasyona** tabi tutarlar.

Karantina altına alınırsanız veya izolasyona tabi tutulursanız, onunla ilgili olarak kısa mesaj veya telefon yoluyla şahsen bilgilendirileceksiniz. Hemşire veya doktor ihtiyaca göre sağlık durumunuzu izleyecektir.

Bulaşıcı hastalık yetkilisi tarafından karantinaya veya izolasyona alınma halleri tavsiye olmayıp resmi kararlardır. Finlandiya yasasına göre karantina veya izolasyon emrini ihlal etmeniz durumunda para cezası veya hapis cezasına çarptırılabilirsiniz.

Karantinaya alındıysanız veya izolasyona tabi tutulduysanız, belirtilen süre boyunca aşağıdaki talimatlara uymanız gerekmektedir:

Karantina veya izolasyona tabi tutulanlara yönelik talimatlar

- Karantina veya izolasyona tabi tutulmanın evde kalması gerekmektedir.
- Sadece aynı evde oturan aile üyeleriyle görüşebilirsiniz.
- Aynı evde yaşayan diğer virüs bulaşmış kişiler varsa onlarla gereksiz yakın temastan kaçınınız.
- Evinize hiç kimseyi ziyaret için davet etmeyin veya hiçbir yere ziyarete gitmeyin.
- İşe, okula veya hobi faaliyetlerine gitmemelisiniz.
- Mağaza, eczane, alışveriş merkezi, yüzme havuzu sinema, restoran veya diğer halka açık yerlere gitmemelisiniz.
- Tren, otobüs veya taksi gibi toplu taşıma araçlarını kullanmamalısınız.
- Bahçede gezinen başka kimseler yoksa, kendi bahçenizde gezinebilirsiniz. Gerekirse dışarı çıkabilirsiniz (örneğin köpeği gezdirmek için), ancak diğer insanlardan 2 metreden daha uzak mesafede durmayı unutmayın.
- Birinden sizin için market alışverişi yapmasını isteyin veya bir online mağazadan veya telefonla eviniz için yemek siparişi verin. Yiyecek sevkiyatını ödeyip teslim alırken gıda tedarikçisiyle temas halinde olmadığınızdan emin olun. Yardıma ihtiyacınız varsa sosyal çalışma bölümüne bakın.
- Koronaya yakalanırsanız ve izolasyona tabi tutulursanız, sizin sürekli ulaşılabilir durumda olmanız gerekmektedir.
- Karantinanız sırasında ambulans çağırmanız gerekirse, acil durum merkezine karantinada olduğunuzu söyleyin.

Karantina süresi

Karantina döneminin süresi, karantinaya alındığınızda size söylenilecektir.

- Ailede korona hastalığına yakalananlar yoksa, bulaşıcı hastalıklar doktoru tarafından belirlenen karantina 10 gün sürer.
- Belirtileriniz olursa ve korona testi yaptıırırsanız, korona testi sonucunuz negatif çıksa bile karantina belirlenen tarihe kadar devam edecektir.

- Aileden biri korona hastalığına yakalanırsa, bulaşıcı hastalıklar doktoru diğer aile üyelerini karantinaya alır. Ailenin koronaya maruz kaldığı durumlarda karantina iki hafta veya 14 gün sürer. Süre, hastanın belirtilerinin başlangıç tarihinden itibaren veya belirti vermeyenin durumunda, numune alma tarihinden itibaren hesaplanır.
- Ailede diğer aile üyeleri daha sonra hastalanırsa, belirti vermeyen aile üyelerinin karantinası, son olarak hastanın belirtileri başladığında başlayacak şekilde hesaplanır.

İzolasyon süresi

- Koronavirüs hastalığınız doğrulandıysa, 2 gün boyunca belirtileriniz olmayıncaya kadar ve belirtilerin başlangıcından bu yana en az 7 gün geçene kadar uzun süre evde kalın.
- 7. günde veya sonrasında hala belirtileriniz varsa, en az iki gün belirtileriniz olmayıncaya kadar evde kalın.
- İzolasyonu sona erdirmek için daha fazla talimat için Oulu Belediyesi bulaşıcı hastalıklar hemşiresini arayın:
Bulaşıcı hastalıklar hemşiresi Pzt - Per saat 8-16 ve Cuma saat 8-15 Tel: 044 7034197 veya Tel: 044 703 4224
- Telefonla arama yapmak için dil yardımına ihtiyacınız varsa, bkz. Çok dilli danışma noktası .
- Korona olup iyileştirdiyse, belirtilerin başlangıcından en az 7 gün geçtikten sonra ve ailede birinin hala bir korona enfeksiyonu olsa bile, 2 gün boyunca belirtileriniz olmamışsa işe veya okula dönebilirsiniz.

Karantinaya alınan kişide belirtiler meydana gelirse neler yapılmalıdır?

Enfeksiyona yakalanmaktan belirtilerin başlamasına kadar 1 ila 14 gün, genellikle 5 ila 6 gün sürer. Koronavirüs hastalığının en yaygın olarak görülen belirtileri arasında ateş, öksürük, baş ağrısı, mide bulantısı, ishal, kas ağrısı, boğaz ağrısı, burun akıntısı, nefes darlığı, tat ve koku duyusu kaybı yer almaktadır.

Karantinaya alınan kişinin olası belirtilerin gelişimini izlemelidir. Siz veya çocuğunuzda karantina sırasında koronavirüs enfeksiyonunu düşündüren hafif belirtiler meydana gelirse gecikmeden test yaptırmak için başvurun. Test yaptırmaya başvurusu ile ilgili çok dilli talimatlar internet adresinde bulunabilir: www.ouka.fi/korona. Test sonucunun negatif çıkması, yani test sırasında korona hastalığına yakalanmamış olsanız bile, karantina belirlenen tarihe kadar devam edecektir.

Aile üyeleri

Koronaya maruz kalan yani karantinaya alınan kişinin aile üyeleri karantinaya alınmaz ve normal bir hayat yaşayabilir. Karantinaya alınan kişide koronayı düşündüren belirtiler ortaya çıkması halinde, numune alma noktasına başvurmalıdır. Bu durumda, aile üyelerinin test sonucunun belli olmasını bekleyerek evde kalmaları gerekmektedir.

Koronaya yakalanan hastanın aile üyeleri karantinaya alınır.

Karantinaya alınan çocukların okul meseleleri nasıl düzenlenir?

Bir çocuk evde karantina altında ise, çocuğun okulu derslerin nasıl düzenleneceğine dair talimatlar verecektir.

Sosyal Hizmetlerden Yardım

Karantina sırasında gıda temini, maddi destek veya üstesinden gelebilmek için yardıma ihtiyacınız olursa sosyal hizmetler size yardımcı olacaktır. Bağlı bulunduğunuz sağlık ve sağlıklı yaşam merkezinizin sosyal hizmetler görevlisi ile iletişime geçebilirsiniz:

- Kontinkangas Tel: 040 182 8078
- Tuira Tel: 040 683 8138
- Haukipudas Tel: 040 630 6525
- Kaakkuri Tel: 050 316 9095
- Kiiminki Tel: 050 407 3513
- Sosyal ve kriz acil servisi günün her saatinde yardım etmektedir. Tel: 044 703 6235. (En yaygın diller için tercümanlık hizmeti.)
- Telefonla arama yapmak için dil yardımına ihtiyacınız varsa, bkz. *Çok dilli danışma noktası* .

Karantina nedeniyle işe gidemezseniz, Kela'dan tazminat başvurusunda bulunabilirsiniz.

Bulaşıcı hastalıklar günlük ödeneği, bulaşıcı hastalıklar doktoru tarafından karantinaya alındıysanız veya izole edildiyse kazanç kaybınızı telafi eder. Ayrıca, 16 yaş altındaki çocuğunuz karantinaya alındığında ve bu nedenle işe gidemeyecek durumda olduğunuzda da günlük bulaşıcı hastalık ödeneği alabilirsiniz. Kela'ya bulaşıcı hastalık günlük ödeneği için başvurun. Başvuru için bulaşıcı hastalıklar doktoru tarafından verilen yazılı bir karantina kararına ihtiyacınız olacaktır. Gönüllü olarak karantinaya alınanlara bulaşıcı hastalık günlük ödeneği ödenmez. [Kela'nın web sitesinde bulaşıcı hastalık günlük ödeneği ve ona nasıl başvurulacağı hakkında daha fazla bilgi için okuyun.](#)

Oulu Bölgesinde eve gıda teslimati yapan firmalar

- Foodie / S-grubunun online satış firması <https://www.foodie.fi/>
- K-Ruoka online satış firması <https://www.k-ruoka.fi/>
- MatsMart <https://www.matsmart.fi/>
- Ruokaboksi <https://ruokaboksi.fi/>

Daha fazla bilgi için

- Farklı dillerde korona testi veya tedavi başvurusu için talimatlar şu adreste bulunabilir: www.ouka.fi/korona
- Farklı dillerde koronavirüs hakkında bilgiler (THL): <https://thl.fi/fi/web/infektioaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/materiaalipankki-koronaviruksesta/koronatietoa-eri-kielilla>

Çok dilli danışma noktası

[Çok dilli danışma noktası](#), öncelikle telefonla danışmanlık ve ayrıca WhatsApp üzerinden hizmet vermektedir

Çok dilli danışma noktasından, örneğin korona enfeksiyonundan şüpheleniyorsanız veya koronavirüse yakalandıysanız, randevu almak veya tedavi görmek için yardım alabilirsiniz. Ayrıca karantina veya izolasyon hakkında bilgi ve telefonla aramalarda yardım alabilirsiniz.

Pazartesi'den Cuma'ya 9-16.30 saatleri arasında Fince, İngilizce, Arapça, Berberice ve Fransızca olarak bilgi alabilirsiniz. Aşağıdaki programa göre diğer diller.

Arapça/Berberice/Fransızca Tel: 040 651 5687

Danışma noktası Oulu 10 sokak seviyesinde bulunmaktadır.

Pazartesi günleri saat 9 - 16.30

Salı günleri saat 9 - 16.30

Çarşamba günleri saat 9 - 16.30

Perşembe günleri saat 9 - 16.30

Cuma günleri saat 9 - 16

Dari/Fars/Persçe Tel: 040 484 2993 Sadece uzaktan danışma!

Çarşamba günleri saat 9 - 11

Cuma günleri saat 9 - 12

Çince/Japonca Tel: 040 617 4470 Sadece uzaktan danışma!

Salı günleri saat 13 - 15

Somalice Tel: 040 589 3052 Sadece uzaktan danışma!

Çarşamba günleri saat 12 - 15

Perşembe günleri saat 9 - 12

Tayca Tel: 040 480 6295 Sadece uzaktan danışma!

Cuma günleri saat 14 - 16

Tigrince Tel: 040 586 1724 Sadece uzaktan danışma!

Pazartesi günleri saat 16.30 - 18

Çarşamba günleri saat 16.30 - 18

Vietnamca Tel: 040 182 6198 Sadece uzaktan danışma!

Cuma günleri saat 12 - 14

Türkçe/Kürtçe Tel: 040 482 9260 Sadece uzaktan danışma!

Salı günleri saat 15.30 - 17.30

Perşembe günleri saat 15.30 - 17.30

Rusça/Hollandaca Tel: 040 621 1714 Sadece uzaktan danışma!

Salı günleri saat 9 - 12

Perşembe günleri saat 12 - 15

Çok dilli danışma noktası www.ouka.fi/oulu/villavictor/ohjaus-ja-neuvonta