

# Lukiokoulutuksen yleiset ohjeet koronainfektion ehkäisemiseksi

Lukiokoulutuksessa noudatetaan viranomaisten antamia yleisiä toiminta- ja turvallisuusohjeita sekä Tampereen kaupungin tekemiä linjauksia. Lisäksi jokainen lukio on laatinut omat käytännön toimintaohjeensa.

Jokaisen tulee noudattaa annettuja ohjeita.

- Tule vain terveenä oppilaitokseen
- Pese kädet ja käytä käsidesiä usein
- Yski kertakäyttöiseen nenäliinaan
- Pidä etäisyyttä muihin 1 - 2 metriä mahdollisuuksien mukaan

Tarpeettomia fyysisiä kontakteja tulee välttää. Kokoukset pidetään edelleen ensisijaisesti etäkokouksina ja liikkumista eri lukioiden tai muiden kaupungin yksiköiden välillä tulee välttää.

Katso myös:

[Terveyden ja hyvinvoinnin laitos \(THL\)](#)  
[Opetus- ja kulttuuriministeriö \(OKM\)](#)  
[Opetushallitus \(OPH\)](#)  
[Tampereen kaupunki](#)

## Riskiryhmään kuuluvat

Vakavaan koronavirusinfektion vaaraa voivat lisätä sellaiset perussairaudet, jotka merkittävästi huonontavat keuhkojen ja sydämen toimintaa tai elimistön vastustuskykyä. Tarvittaessa hoitava lääkäri tekee arvion siitä, onko henkilön perussairaus niin vakava, että hänellä on riski sairastua vakavaan koronavirusinfektioon.

Lähde:

<https://thl.fi/fi/web/infektiotaudit-ja-rokotukset/ajankohtaista/ajankohtaista-koronaviruksesta-covid-19/vakavan-koronavirustaudin-riskiryhmat>

## Infektio-oireiset henkilöt

Jos sairastut, jää kotiin lepäämään. Oppilaitokseen ei saa tulla oireisena. Koronaviruksen aiheuttamia oireita voivat olla:

- yskä
- kurkkukipu
- kuume
- hengenahdistus
- lihaskivut
- vatsaoireet
- päänsärky
- haju- ja makuaistin katoaminen

Mikäli henkilö sairastuu kesken päivän, tulee hänen välittömästi ottaa yhteyttä puhelimitse terveysviranomaiseen.

- Soita omalle terveysasemallesi tai terveystalujen neuvontaan 03 10023 tai 03 5657 0023 (joka päivä klo 7 - 22)
- TAYSin koronaneuvontanumero on 03 3116 5333 (avoinna ympäri vuorokauden)
- Henkilökunta ottaa yhteyttä työterveyteen (Pirte 03 5656 4600)

Jokaisella lukiolla on varattu erillinen tila, jossa oireita saanut henkilö voi odotella hoitoon siirtymistä.

## Jos oppilaitoksessa todetaan koronavirustartunta

Koronatartuntaan ja altistuksiin liittyvä tiedottaminen kuuluu ensi vaiheessa terveystoimikunnille.

Tartuntaketjujen selvitystyö kuuluu tartuntataudeista vastaavalle lääkärille. Täältä saadaan myös toimintaohjeet, mm. karanteenin, tilojen sulkemisen ja siivouksen osalta.

Lukioilla on valmius siirtyä etäopetukseen, mikäli tiloja joudutaan altistumisen vuoksi sulkemaan.

## Hyvä hygienia

Hyvä käsi- ja yskimishygienia vähentää tartuntamahdollisuutta. Jokaisen tulee omalta osaltaan huolehtia hyvästä hygieniasta ja noudattaa annettuja ohjeita.

- Pese kädet ennen ruokailua, kun tulet ulkoa sisään, wc-käynnin jälkeen ja kun olet aivastanut tai yskinyt
- Yski ja aivasta hihaasi, kyynärtaipeeseen
- Käytä kertakäyttönenäliinoja

Pirkanmaan Voimia Oy tuottaa lukioille sekä ateria- että siivouspalvelut. Tarvittaessa otetaan käyttöön tehostettu siivous mm. wc-tiloissa sekä ote- ja kosketuspintoilla. Altistuneet tilat siivotaan erillisen ohjeistuksen mukaisesti, jonka jälkeen tilat voidaan ottaa heti käyttöön.

Ennen ruokailua pestään kädet ja käytetään käsihuuhdetta. Ruokailuja on porrastettu lisää tai tiloja väljennetty mm. ottamalla käyttöön uusia aputiloja.

Hygieniasta huolehditaan myös ruuanvalmistuksessa ja jakelun aikana.

## Oppilaitosten turvallisuus

- Noudatetaan ajantasaisia viranomaisohjeita, neuvoja ja suosituksia.
- Viranomaisten antamia tiedotteita ja ohjeita seurataan sekä lukiokoulutustasolla että yksittäisissä lukioissa. Uudet suositukset ja määräykset otetaan käyttöön niissä annettujen aikataulujen mukaisesti.
- Tarvittaessa koulutuksen järjestäjä ja kaupungin tartuntataudeista vastaava yksikkö ohjeistavat tarkemmin kouluilla noudatettavista käytännöistä.

## Yski ja aivasta oikein



Yski ja aivasta hihaasi, niin laitat stopin tartunnoille.



Jos mahdollista, käytä kertakäyttöistä nenäliinaa.



Laita käytetty liina roskiin ja pese kädet saippualla.



 Terveystoimikunta ja hyvinvoinnin laitos  
[www.thl.fi/yskimisohje](http://www.thl.fi/yskimisohje)

## Pese kädet ja laita stoppi tartunnoille

- Ennen ruoanlaittoa ja ruokailua
- Kun tulet ulkoa sisään
- Wc-käynnin tai vaipan vaihdon jälkeen
- Kun olet yskinyt, niistänyt tai aivastanut
- Kun olet koskenut samoja pintoja kuin flunssainen henkilö



1. Kastele kädet runsaalla vedellä



2. Ota saippuaa ja hiero kämmeniä vastakkain



3. Hiero kämmenselät, peukalot ja sormien välit



4. Hiero sormia lomittain vastatusten



5. Huuhdo kädet runsaalla vedellä



6. Kuivaa kätesi huolellisesti käsipyyhkeellä



7. Sulje hana käsipyyhkeellä

[www.thl.fi/kasienpesuohje](http://www.thl.fi/kasienpesuohje)



 Terveystoimikunta ja hyvinvoinnin laitos