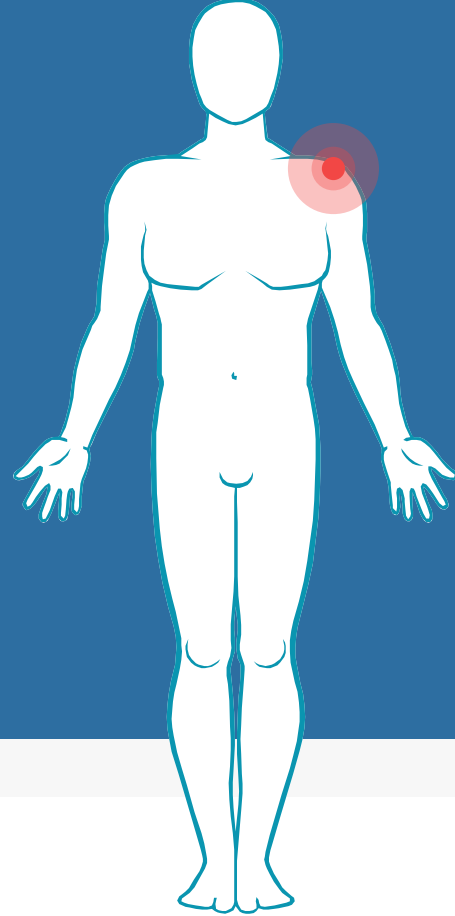


On-Call

Digitaalinen työkalupakki

Tartuntatautien leviämisen estäminen



Mikä voi aiheuttaa tartunnan?

- Tartuntataudit johtuvat mikro-organismeista, kuten bakteereista, viruksista, sienistä tai loisista.
- Suurin osa niistä on yleensä vaarattomia tai hyödyllisiä, mutta tietyissä olosuhteissa ne voivat aiheuttaa sairauksia



Tartuntatautien leviäminen

- Vaikka tartuntatautien leviämisen estäminen ei aina ole mahdollista, voidaan taudin leviämistä toisiin ihmisiin pyrkiä estämään



Kuinka vähentää taudinaiheuttajien leviämistä

- Tärkein ja helpoin tapa vähentää bakteerien leviämistä on pestä kädet säännöllisesti vedellä ja saippualla.
- Kuinka tehdä se oikein?
 - Käytä puhdasta, juoksevaa vettä,
 - Pese käsiäsi saippualla vähintään 20 sekunnin ajan
 - Huuhtele ja kuivaa kädet



Kuinka vähentää taudinaiheuttajien leviämistä

- Muut keinot bakteerien leviämisen estämiseksi:
 - Peitä suu ja nenä yskiessäsi tai aivastaessasi
 - Puhdista ja suojaa kaikki haavat
 - Älä jaa ruoka-annoksia, juomalaseja tai pyyhkeitä toisten kanssa
 - Huolehdi hyvästä henkilökohtaisesta hygieniasta



Kuinka vähentää taudinaiheuttajien leviämistä

- Rokota itsesi ja koirasi
- Vältä juomaveden ja jään juomista ulkomailla
- Harrasta seksiä turvallisesti
- Käytä hyttyskarkotetta
- Älä pidä villieläimiä lemmikkeinä



Kuinka vähentää taudinaiheuttajien leviämistä, jos olet jo sairastunut

- Peitä suusi yskiessä ja aivastaessa
- Vältä julkisia paikkoja, pysy kotona, jos mahdollista
- Pidä kädet pois suustasi ja nenästäsi ja pese käsiä säännöllisesti



Kuinka vähentää taudinaiheuttajien leviämistä, jos olet jo sairastunut



- Desinfio esineet, jotka joudut jakamaan muiden kanssa
- Tuuleta kotiasi





Erasmus+

This project has been funded with support from the European Commission.
This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot
be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

