

# Püsime terved!



COVID-19

## Mida peab teadma maskidest?

- Maski kandmine ei ole Eestis kohustuslik, ent teatud olukordades on see **enda ja teiste tervise kaitsmiseks soovitatav**.
- **Maski kandmine ei anna garantiid**, et viirus ühelt inimeselt teisele ei levi, küll aga vähendab see levimise tõenäosust. Seda eeskätt siis, kui maski kannab inimene, kes on viirusesse nakatunud, kuid kelle puhul haigus endast veel selgelt märku ei anna.
- **Suu ja nina katmine rahvarohketes siseruumides vähendab alati viiruste riski**.
- Ühe inimese vabadus maski mitte kanda ei vähenda teise inimese vabadust maski kanda ja vastupidi. **Igäühese, kes on valmis enda ja teiste kaitseks maski kandma, on põhjust suhtuda lugupidavalt**.
- Maski kandmine on lisakaitse. Peamine, mida viiruse leviku tõkestamiseks teha saame, on **püsida haiguse korral kodus, järgida hügieenireegleid ja vältida lähikontakti** võõraste inimestega.



### Maski kandmine on tungivalt soovitatav, kui

- seltskondlikel üritustel (nii siseruumides kui ka väljas) kohtutakse inimestega, **kes on vanemad kui 65 aastat ja/või kel on kroonilisi tõbesid** (nt haiged kopsud, astma, suhkruhaigus, maksahaigus, neeruhaigus, haige süda) või muidu nõrk tervis.



### Maski kandmine on soovitatav, kui

- liigutakse **avalikes rahvarohketes kohtades** (sh poed, apteegid, meditsiinasutused, ühistranspordijaamad ja terminalid);
- **kasutatakse ühistransporti** (sh rongid, bussid, trammid, trollid);
- kohtutakse **siseruumides rahvarohketel seltskondlikel üritustel** võõraste inimestega;
- külastatakse **haiglas või hooldekodus lähedasi**.  
*Kuna nõrga tervisega inimestele on viirused väga ohtlikud, võib haigla või hooldekodu teha sobiva kaitseastmega maski kandmise kohustuslikuks. Sel juhul tagavad nad ka maskide olemasolu kohapeal;*
- ollakse ise **vanem kui 65 aastat ja/või põetakse kroonilisi tõbesid**.  
Sel juhul tuleks piirduda pigem pere ja sõpradega suhtlemisega ning vältida nii siseruumides kui ka väljas selliseid eakaaslaste või krooniliste haigustega inimeste seltskondi, kus üksteist ei tunta.



### Maski ei ole üldjuhul tarvis kanda

- **öues, kodus ega tavalises igapäevases suhtluses** ehk olukordades, kus meie ümber on inimesed, kellega me nii või teisiti iga päev kokku puutume;
- **alla 10-aastastel lastel**.

Vaata kõiki Vabariigi Valitsuse kehtestatud nõudeid ja soovitusi koroonaviiruse tõrjumiseks [kriis.ee](https://kriis.ee)