

Informasjon til ansatte i Helse Bergen som har vært i nærkontakt med personer som har fått påvist covid-19 sykdom

For å hindre videre smittespredning og begrense utbruddet av covid-19 i Norge gjøres det en kartlegging av personer som har vært i kontakt med en person med bekreftet koronavirus sykdom. Folkehelseinstituttet anbefaler at nærkontakter reduserer sosial kontakt (hjemmekarantene).

Hva skal du som har hatt nærkontakt gjøre?

I de første 14 dagene etter siste kontakt med personen med covid-19 infeksjon anbefaler vi at du:

- Følger med på kroppstemperaturen (f.eks. måle morgen og kveld)
- Reduserer unødvendig reise og sosial aktivitet
- Unngår å gå på jobb, skole og butikker
- Praktiserer god håndhygiene (vask hendene ofte og grundig med såpe og lunkent vann)
- Kontakter lederen din eller Smittevern avdelingen i sykehuset hvis du får feber, hoste, tungpust, sår hals eller andre symptomer fra luftveiene. Oppgi at du er i hjemmekarantene fordi du har vært i nærkontakt med en person som er smittet med koronaviruset.

Hvordan kan du bli smittet med covid-19?

Sykdommen smitter som ved forkjølelse og influensa ved at virus overføres fra luftveiene hos en syk person gjennom små dråper. Smitten kan skje gjennom luften ved at den syke nyser eller hoster på personer som står i nærheten, ved direkte kontakt via hendene til den syke, eller ved indirekte kontakt via inventar eller gjenstander.

Hvor lenge kan du være smittet før du utvikler symptomer?

Tiden fra smitte til symptomer oppstår er vanligvis 5-6 dager, men kan variere fra 0 til 14 dager.

Hvordan diagnostiseres sykdommen?

Det nye koronaviruset kan gi luftveisinfeksjon hos mennesker. De fleste får mild sykdom, men noen vil kunne få mer alvorlig sykdom, spesielt eldre eller personer med andre sykdommer. Symptomene ligner på mange andre infeksjonssykdommer (bl.a. vanlig forkjølelse og influensa) slik at diagnosen ikke kan stilles uten laboratorietester. Diagnosen stilles ved hjelp av prøve fra nese, hals eller lunger fra person med symptomer på koronavirus, etter nærmere vurdering av lege. Det er ikke hensiktsmessig å teste personer som ikke har symptomer.

Hva gjøres hvis jeg får påvist sykdommen?

Personer som får påvist koronavirusinfeksjon vil isoleres hjemme eller på sykehus, avhengig av sykdommens alvorlighetsgrad og boforhold. Mange vil kun ha milde symptomer, men isolering gjøres for å redusere risikoen for å smitte andre. Du vil bli fulgt opp av lederen din, i samråd med smittevernlege i sykehuset.

Hva med de jeg bor sammen med?

Så lenge du er frisk, kan de som bor i samme husstand leve som normalt. De er ikke omfattet av karantene-tiltakene så lenge du er hjemme og symptomfri.

