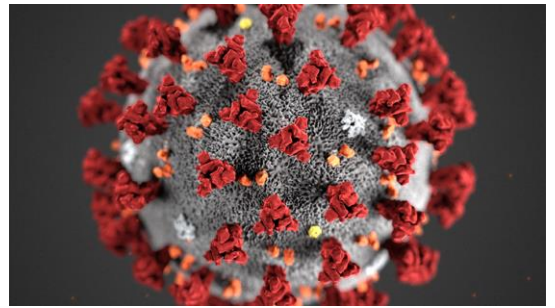


NYHETSBREV KORONAVIRUS - COVID-19

For ansatte i helse og omsorg

Versjon 1/ 10.03.20

Utarbeidet av Lisbet Kjøniksen og Bent Olav Engesveen



INFORMASJON TIL ANSATTE I HELSE OG OMSORG

Et tidligere ukjent koronavirus har forårsaket et pågående utbrudd av luftveisinfeksjon. Utbruddet startet i storbyen Wuhan i Hubei-provinsen i Kina i desember 2019, og ble i begynnelsen knyttet til et matmarked i byen. Viruset ble identifisert av kinesiske helsemyndigheter 7. januar 2020. I følge smittevernmyndighetene er bare 2 % av de syke mellom 0-19 år. 8% er i alderen 20-29 år. Det er først og fremst eldre og personer med alvorlige underliggende sykdom, som kan ha et mer alvorlig forløp. De aller aller fleste har et mildt forløp, mye mildere enn vanlig influensa.

Det er ikke utviklet vaksine mot viruset, og det viktigste vi kan gjøre er derfor å drive god smitteforebygging med hygienetiltak og skjerme utsatte grupper mot å eksponeres for smitte.

Til ansatte ved Labo, Fjellvoll, hjemmetjenesten, dagsenter, helsestasjon, psykisk helse og rustjeneste, fysio- ergo- og legetjeneste, tilrettelagte tjenester:

1. Har du vært på reise og/eller har oppholdt deg i *områder som har «vedvarende spredning» av coronavirus**, bør du **straks** drøfte med fastlegen/legevakt behovet for testing. Du må informere nærmeste leder som avgjør om du må holde deg hjemme. **Alle som har vært i områder med vedvarende smitte skal holde seg hjemme i 14 dager etter hjemkomst, uavhengig av om de har symptomer eller ikke.**
2. Dersom man har vært på reise og/eller har oppholdt seg i andre områder, kan man gå på jobb/besøke tjenestene som normalt, forutsatt at man er frisk og uten luftveissymptomer som hoste, feber, snue.
3. Om du har vært på reise eller ikke: Om du har luftveissymptomer som hoste, feber, snue, bør du vurdere om det er best å bli hjemme/borte fra tjenestene, for ikke å smitte andre med det som mest sannsynlig er forkjølelse, influensa – alt annet enn Koronavirus.
4. God håndhygiene og hostehygiene er det **beste** forebyggende tiltak for alle og bør gjennomføres alltid, uansett.
5. Spørsmål kan rettes til fastlegen din og til nærmeste leder.

* *Områder med spredning av covid-19*

Utbredelsen av viruset øker stadig, og rådene kan endres på kort varsel.

Spredningen av viruset regnes å være **utbredt** i enkelte regioner i fastlands-Kina, Iran, Sør-Korea og regioner i Nord-Italia og Østerrike. Se fhi.no

INKUBASJONSTID:

WHO anslår at inkubasjonstiden er 5-6 dager, men den kan variere fra 0-14 dager.

SMITTEMÅTE (DRÅPE, DIREKTE OG INDIREKTE KONTAKT):

- Gjennom luften ved at den syke nyser eller hoster slik at viruset pustes inn eller kommer i kontakt med slimhinnen i øyne, nese eller munn hos personer som står i nærheten.
- Ved direkte kontakt når den syke har fått viruset på hendene og overfører det ved kontakt med andre.
- Ved indirekte kontakt når viruset har blitt overført til inventar eller gjenstander gjennom nys/host eller ved at den syke eller andre har hatt viruset på hendene, og andre kommer i kontakt med gjenstanden.

ANBEFALT SMITTEVERNUTSTYR:

- Kirurgisk munnbind klasse 11 (sprutsikkert) merket TYPE 11R eller åndedrettsvørn P3 maske
- Visir eller briller
- Gul smittefrakk (engangs)
- Nitril hansker

DESINFEKSJON:

Koronavirus Covid-19 dør ved bruk av overflatesprit, hånddesinfeksjonssprit, Virkon og Pera-Safe.

EKSTERNE KILDER

Folkehelseinstituttets hjemmesider oppdateres daglig slik at gjeldende råd og føringer alltid kan finnes på www.fhi.no

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/helsepersonell/rad-for-helsepersonell-etter-hjemkomst-fra-omrade-med-utbredt-smitte-av-cov/>

Helsedirektoratet har også opprettet en informasjonstelefon der alle kan ta kontakt vedrørende spørsmål om jKoronaviruset, tlf: 815 55 015

SYKMELDING I FORBINDELSE MED KORONAVIRUSET

Se vedlagte lenke for informasjon om sykmeldinger i forbindelse med koronaviruset.

<https://www.nav.no/no/nav-og-samfunn/samarbeid/leger-og-andre-behandlere/nyheter/sykmeldinger-i-forbindelse-med-koronaviruset>