

Borger eller medarbejder der bor med en der er positiv COVID-19

Handlinger	<ul style="list-style-type: none">• Følg de generelle råd til forebyggelse af smittespredning.• Fokus på hygiejne og rengøring• Fokus på symptomer, som kan være forenelig med COVID-19• Samboende betragtes som løbende nære kontakter<ul style="list-style-type: none">○ Udarbejd en liste over de definerede nære kontakter incl. løbende nære kontakter• Nære kontakter skal gå i selvisolation og testes med henblik på at mindske smittespredning• Selvisolation fra den smittede
Arbejde	Nej – ikke fysisk fremmøde. Hjemmearbejde efter aftale med leder.
Nære kontakter er	<ul style="list-style-type: none">• Alle, der bor sammen med en, der har fået påvist COVID-19.• Alle, der har haft direkte fysisk kontakt (fx kram) eller direkte kontakt til smittefarlige sekreter (fx hoste og nys) med en person, der har fået påvist COVID-19.• Alle, der har været inde for 1 meter i mere end 15 minutter (fx samtale med personen) med en, der har fået påvist COVID-19.• Alle, der har været inden for 2 meter i mere end 15 minutter med en person, der har fået påvist COVID-19, i en af nedenstående situationer, hvor der er øget risiko for smitte:<ul style="list-style-type: none">○ Aktiviteter med kraftig udånding som sang, høj tale eller råb○ Aktiviteter, der indebærer fysisk anstrengelse○ Ophold i lukkede rum med dårlig ventilation eller manglende udluftning• Der som sundhedspersonale og andet, som har deltaget i plejen af en borger med COVID-19, og som ikke har benyttet værnemidler på de foreskrevne måder.

Test	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ring til Coronaopsporingen på telefon 7020 0233 tast 2 (åben alle dage kl. 8.00-20.00) for afklaring om du er nær kontakt til den smittede samt hvilke dage du skal testes. Du får et ID-nummer som du skal bruge for at få en henvisning til test. 2. Derefter ring på telefon 3232 0511 (åben alle dage kl. 8.00-20.00) for at få en henvisning til de to test. 3. Herefter kan du via www.coronaproever.dk bestille tid til test. Husk at bestille tid til begge testdage med det samme.
Test dage – for løbende nære kontakter	<p>Hvis du løbende har haft tæt kontakt til en smittet, f.x. fordi I bor sammen, og personen ikke har mulighed for at selvisolere sig, eksempelvis et barn, skal du:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Testes hurtigst muligt. Selvom denne test er negativ, må du ikke ophæve din selvisolation. 2. Testes igen hurtigst mulig efter personen er smittefri, dvs. 48 timer efter personens symptomer er forsvundet. Hvis den smittede person ikke har symptomer, er det 7 dage efter personens test blev taget. Hvis denne anden test er negativ, kan du ophæve isolationen. <p>Hvis du løbende har haft kontakt til en smittet person, f.x. en i din husstand, men hvor den smittede efterfølgende er isoleret fra dig og andre i husstanden, skal du:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Testes hurtigst muligt. Selvom denne test er negativ, må du ikke ophæve din selvisolation. 2. Testes igen 4 dage efter den første test. Hvis denne test er negativ, kan du ophæve din selvisolation. 3. Testes 2 dage efter den anden test
Kontakt til nærmeste leder	<p>Ved behov for vejledning i lokale retningslinjer, herunder kommunale og regionale retningslinjer. Kontakt nærmeste leder.</p>
Sundhedsstyrelsens informationsmateriale	<p>Til dig der er testet positiv for nu coronavirus Til dig, der er nær kontakt til en person, der er smittet med ny coronavirus</p>

Sundhedsstyrelsens hotline	Hotline for myndigheder og personale på sundheds-, ældre- og socialområdet Telefon 70 20 02 66
Godt at vide vedr. Smitte	Det er vigtigt at vide hvordan Corona virus smitter for at forebygge smittespredning. Kontaktsmitte: Fra en smittet person kan virus via spyt, snot, host, nys bringes videre ved at næste person berører forurenede overflader og derefter fører smitte til egne slimhinder via næse, øjne eller mund. Dråbesmitte: Host eller nys fra en smittet person spredes i luften og kan ramme en anden person, som kan føre virus til egne slimhinder via næse, øjne eller mund.
Godt at vide vedr. Symptomer på COVID-19 er typisk	<ul style="list-style-type: none"> • Tør hoste • Feber • Vejrtrækningsbesvær • Ondt i halsen • Tab af smags- og lugtesans • Muskelsmerter
Godt at vide vedr. Generelle råd til forebyggelse af smittespredning	<ul style="list-style-type: none"> • Gå i selvisolation ved symptomer på COVID-19, er testet positiv eller er nær kontakt til en smittet • Vask hænder tit eller brug håndsprit • Host eller nys i ærmet eller i et engangslommetørklæde • Undgå håndtryk, kindkys og kram • Vær opmærksom på rengøring – både hjemme og på arbejdspladsen • Hold afstand og bed andre om at tage hensyn <p>Kan ovenstående råd ikke overholdes, så vær ekstra påpasselig med at efterleve de andre.</p>
Godt at vide vedr. Selvisolation betyder	<ul style="list-style-type: none"> • Bliv hjemme og lade være med at mødes med personer udenfor husstanden • Undgå tæt kontakt med personer i husstanden <ul style="list-style-type: none"> ○ Undlad tæt fysisk kontakt, som kys og kram. ○ Hold mindst 2 meters afstand til andre. ○ Undgå at sove sammen og tilbringe længere tid i samme rum.

	<ul style="list-style-type: none"> ○ Hvis muligt benyttes separat toilet/badeværelse. Hvis dette ikke er muligt, skal overflader der berøres af flere rengøres inden det benyttes af andre i husstanden. • Ved behov for kortvarigt brud af selvisolationen, f.eks i forbindelse med testning benyttes mundbind (CE-mærket)
<p>Godt at vide vedr.</p> <p>Selvisolation udenfor egen hjem</p>	<p>Formålet med selvisolation uden for eget hjem er at forebygge smittespredning fra borger smittet med COVID-19, som ikke kan isoleres i eget hjem.</p> <p>Kriterierne for at komme i betragtning til ekstern isolation er, at borgeren er konstateret smitte med COVID-19 og er selvhjulpent samt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deler husstand med mange på et lille areal og/eller ikke har optimal rumadskillelse. • Deler husstand med en eller flere i øget risiko for et alvorligt sygdomsforløb ved COVID-19, som det er vanskeligt at sikre hensigtsmæssig afstand fra. • Deler husstand med andre, som har vanskeligt ved at samarbejde med den smittede om at følge myndighedernes anbefalinger om isolation i hjemmet, fx. på grund af sociale problemer eller kognitive funktionsnedsættelse, hvorved risiko for smitte øges. <p>Hvis det vurderes, at borgeren opfylder et eller flere kriterier, kan der visiteres til ekstern isolation via Holbæk Kommune.</p> <p>Borgeren skal som udgangspunkt selv sørge for transport. Borgeren skal undlade at benytte offentlig transport eller taxa.</p> <p>Borgeren opfordres til at køre alene i egen bil eller blive kørt af et medlem i husstanden.</p> <p>Har borgeren ikke mulighed for at transportere sig selv kan Holbæk Kommune kontaktes.</p> <p>Der er i Holbæk Kommune udarbejdet retningslinjer for selvisolationspladser uden for eget hjem. Se Holbæk Kommunes hjemmeside:</p>

	<p>https://holbaek.dk/nyheder-og-presse/nyheder/coronavirus/isolationsfaciliteter/</p> <p>Håndteringen af boliger til isolationsophold udenfor eget hjem sker i Holbæk Kommune i et tværfagligt samarbejde. Ved behov for isolationsophold udenfor eget hjem kontakt Borgerservice.</p>
<p>Godt at vide vedr.</p> <p>Ophævelse af selvisolation</p>	<p>Selvisolation kan ophæves 48 timer efter at den smittede ikke længere har symptomer på COVID-19.</p> <p>Har der ikke været symptomer kan selvisolationen ophæves 7 dage efter testen blev taget.</p> <p>Hvis der kommer symptomer under selvisolationen, kan selvisolationen først ophæves 48 timer efter symptomophør.</p> <p>Er der fortsat symptomer over længere tid bør lægen kontaktes for vurdering om det er symptomer på COVID-19, senfølger af COVID-19 eller om det er en kronisk lidelse der er forværret.</p>
<p>Godt at vide vedr.</p> <p>Fokus på hygiejne og rengøring betyder</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hyppig og grundig håndhygiejne • Undlad at berøre ansigtet • Overhold hoste og nyse etikette • Del ikke håndklæder med andre • Daglig rengøring af det/de opholdsrum ved selvisolationen. • Brug almindelige rengøringsmidler. Særlig fokus på kontaktpunkter og overflader.