

Sundhedsstyrelsen har 19/1 2021 udsendt en skærpelse af, hvornår du betragtes som en "nær kontakt" til en smittet. Denne midlertidige skærpelse gælder foreløbig frem til og med 7/2 2021. Denne skærpelse er iværksat på grund af den stigning, vi oplever i Danmark i den virus variant, som vi populært kalder "den britiske mutation" – fagligt kaldes den "cluster B.1.1.7".

Samtidig kommer Sundhedsstyrelsen med en opfordring til, at vi alle sammen holder fast i de smitteforebyggende anbefalinger som:

- man bliver hjemme, hvis man har symptomer
- man husker den gode håndhygiejne
- man husker en grundig rengøring
- man husker at hoste og nyse i ærmet
- man husker at holde afstand
- man husker jævnligt at lufte ud.

Sundhedsstyrelsen skriver bl. a. om de skærpede retningslinjer:

"Ændring i kriterie for at være nær kontakt"

Ét af kriterierne for, hvornår man er nær kontakt er, at man i mere end 15 minutter har været i tæt kontakt, inden for 1 meter, med en person smittet med ny coronavirus (f.eks. ved samtale). Det anbefales, ud fra et forsigtighedsprincip, at dette kriterie ændres midlertidigt til 2 meter.

Den nye anbefaling lyder derfor:

- Alle, der har været inden for 2 meter i mere end 15 minutter med en (fx i samtale med personen), der har fået påvist ny coronavirus, er nære kontakter

Der ændres ikke ved de øvrige kriterier for hvornår man er nær kontakt. Følgende kriterier for at være nær kontakt gælder fortsat:

- Alle, der bor sammen med en, der har fået påvist ny coronavirus
- Alle, der har haft direkte fysisk kontakt (fx kram) eller direkte kontakt til smittefarlige sekreter (fx hoste eller nys) med en, der har fået påvist ny coronavirus
- Alle der har været inden for 2 meter i mere end 15 minutter i en af nedestående situationer:
 - o Aktiviteter med kraftig udånding, f.eks. sang, høj tale eller råb
 - o Aktiviteter der indebærer fysisk anstrengelse, f.eks. fitness eller yoga
 - o Ophold i lukkede rum med dårlig ventilation

Ændringer i retningslinjer for selvisolation af nære kontakter

Jf. Sundhedsstyrelsens retningslinjer for opsporing og håndtering af nære kontakter opfordres nære kontakter til at blive testet to gange, på dag 4 og dag 6, og til at selvisolere indtil først negative testresultat.

Det anbefales, som en ekstra sikkerhedsforanstaltning, at retningslinjer for ophør af selvisolation skærpes, således at nære kontakter først må ophøre selvisolation efter 2. negative testsvar.

Den nye anbefaling lyder derfor:

- Når man identificeres som nær kontakt, skal selvisolation ske hurtigst muligt og fastholdes indtil 2. negative testsvar.

Retningslinjer for antal og tidspunkter for test af nære kontakter, ændres der ikke ved.”

Jeg vil anbefale, at du læser den fulde tekst, som du kan finde her: <https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2021/Corona/N%C3%A6re-kontakter/Notat-midlertidig-skaerpelse-af-retningslinjer-for-opsporing-og-haandtering-af-naere-kontakter.ashx?la=da&hash=40CC0B223A0876B0768D08B626D1CE248E675F3F>

Du kan altid finde gode informationer om covid-19 følgende steder.

- <https://www.coronasmitte.dk/>
- <https://www.sst.dk/da/corona>
- Eller corona hotline tlf. 7020 0233. Hotline har åbent i tidsrummet 06-24 alle dage i ugen.

Pas på dig selv og dine!

Bedste hilsener
Jeppe Bo Petersen
Adm. direktør