

Information til personer, der har risiko for at være smittet med ny corona-virus (Covid-19)

Kære karantæneramte!

Pga. usædvanlig meget smitte har vi desværre ikke mulighed for at kontakte alle pr. telefon. Derfor får du denne skrivelse.

Du får dette informationsbrev, fordi du har været i kontakt med en person, smittet med ny corona-virus (Covid-19).

Det tager ca. 2-7 dage, fra man bliver smittet, til man udvikler sygdom. Denne periode kan dog variere fra 1-12 dage.

Covid-19 smitter formodentlig via luftvejssekret, men andre sekreter kan indeholde virus. Virus overføres enten via dråber, der overføres på kort afstand, f.eks. ved hosten eller nysen eller ved at man kommer i direkte berøring med sekretet (håndvask er vigtig).

Landslægen anbefaler at du følger nedenstående forholdsregler:

- For fuldt vaccinerede er der ingen anbefaling om karantæne, dog anbefales det, at man opfører sig fornuftigt i 10 dage samt bliver testet 4. og 6. dag efter sidste kontakt med en positiv.
- For personer der tidligere har gennemgået infektion er der heller ingen anbefaling om karantæne, men er det mere end 6 måneder siden anbefales test 4. og 6. dag efter sidste kontakt med positiv.

For ikke færdig vaccinerede og uvaccinerede anbefales 10 dages karantæne, regnet fra tidspunktet for seneste udsættelse for smitte:

- Bliv hjemme og lad være med at mødes med personer, som du ikke bor sammen med. Du må gerne gå ture i naturen alene eller køre bil alene, men undgå at komme i kontakt med andre. Gå ikke på arbejde eller ud f.eks. for at købe ind. Afløs alle besøg og tal i stedet med andre over telefonen.
 - Ved akut livstruende sygdom, skal du ringe 112 eller til vagtlægen på 1870, og huske at oplyse, at du er i karantæne.
- Undgå tæt kontakt med personer, du bor sammen med. Det er særligt vigtigt, hvis du bor sammen med en person i øget risiko for alvorligt forløb ved Covid-19. Undlad tæt fysisk kontakt, som kys og kram, og hold mindst 2 meters afstand til alle andre. Undgå at sove sammen og at tilbringe længere tid i samme rum. Det bedste er, hvis du kan bruge et separat toilet/badeværelse, men har I kun ét i husstanden, bør du selv rengøre overflader, f.eks. ved at afspritte toiletsæder, håndvask og vandhaner, inden det bruges af andre i husstanden.
- Andre i husstanden, som ikke har været i kontakt med den smittede kan leve som normalt.
- **Du anbefales at blive testet 4., 6. og 10. dag efter udsættelse for smitte.**
- Uanset podningsresultat skal du forblive i karantæne i 10 dage fra tidspunkt for seneste udsættelse for smitte.

Hvis du får symptomer skal du:

- Undgå kontakt med eventuelle andre personer i karantæne, så du ikke smitter dem.
- Blive testet. Dette er også gældende selvom du er blevet testet tidligere i karantæneperioden.

Med venlig hilsen
Landslægen

Sidst opdateret 24. okt. 2021