

Til deg som har positiv koronatest og du som er nærkontakt

Hele befolkningen, inkludert nærkontakter som ikke er i husstand til smittet:
Test deg dersom du får symptomer.
Råd om testing gjelder uansett vaksinasjonsstatus.

Hvis du får POSITIV TEST

Gå i isolasjon i 4 døgn.

- Symptomer: Tell fra de startet.
- Ikke symptomer: Tell fra test.
- Du må ha vært feberfri i 24 timer før isolasjonen avsluttes.
- Kontakt lege hvis du er bekymret for egen helse.

Vurder om du trenger PCR på teststasjon.

Hvem trenger ikke PCR:

- Alle som har hatt covid-19 de siste 3 mnd.
- De med oppfriskingsdose/boosterdose.

NÆRKONTAKTER*

Husstandsmedlemmer bør teste seg for covid-19.

Hvis du kan holde avstand til smittet:

- Test daglig i 5 døgn etter siste nærkontakt*.
- Bør bruke munnbind i totalt 10 døgn (innendørs på offentlige steder). Unngå store forsamlings.

Hvis du ikke kan holde avstand til smittet:

- Test daglig i isolasjonsperioden, deretter i 5 påfølgende dager*.
- Hvis flere i husstanden smittes: Test til siste person er ute av isolasjon, deretter i ytterligere 5 døgn.
- Bør bruke munnbind hele testperioden og enda 5 døgn (innendørs på offentlige steder). Unngå store forsamlings.
- De som er ute av isolasjon skal ikke testes etter isolasjonsperioden selv om flere i husstanden smittes.

* Barn i grunnskolealder og yngre, samt de som har hatt covid-19 i løpet av de siste 3 månedene, anbefales test bare dersom de får nye symptomer. Dette gjelder også for de som bor med en smittet.