

## Til þín sem hefur farið í kórónapróf (vegna covid-19)

Þegar þú tekur kórónapróf (covid-19) geta liðið einn til tveir dagar áður en svör berast. Leitaðu til læknis ef þú veikist eða þarft á læknishjálpi að halda á meðan þú bíður eftir niðurstöðum.

Allir eiga að fara tafarlaust í kórónapróf, leiki grunur á að um smit sé að ræða. Algengustu einkennin eru sótthiti, höfuðverkur, eymsli í hálsi, andþyngsli eða missir bragð- eða lyktarskyns. Sumir fá alvarlegri einkenni en aðrir taka ekki eftir því að hafa smitast.

Auk þess ætti fólk að fara í kórónapróf ef það fær um það tilkynningu frá Smittestopp-appinu eða gæti hafa orðið fyrir smiti.

### Hvað áttu að gera á meðan niðurstöðu prófs er beðið?

Flestir þeirra sem hafa farið í prófið eiga að halda sig heima eða þeim er gert að vera í sóttkví á meðan niðurstöðu er beðið. Þú mátt ekki sækja vinnustað eða skóla, ekki nýta þér almenningssamgöngur og þú ættir hvergi að vera á opinberum stöðum. Haltu nægri fjarlægð við alla, líka fullorðna og stálpuð börn sem eru með þér á heimili. Lítil börn geta fengið þá umönnun sem þau búa við að jafnaði.

- **Ef þú fórst í prófið vegna þess að þú hefur fengið kórónaeinkenni** skaltu halda þig heima og halda fjarlægð við aðra þar til niðurstöður hafa borist.

- **Ef þú fórst í prófið vegna þess að þú fékk skilaboð um að þú hafir verið nálægt einstaklingi með smit eða viðvörðun frá Smittestopp-appinu** skaltu halda þig heima og halda fjarlægð við aðra þar til niðurstöður hafa borist.

- **Ef þú ert í smitsóttkví samkvæmt fyrirmælum** skaltu fara í kórónapróf bæði þegar sóttkví hefst og áður en henni lýkur. Þér er samkvæmt lögum skylt að vera í sóttkví og þú getir fengið sekt fyrir að brjóta gegn fyrirmælunum. Aðrir á heimilinu þurfa að vera í biðsóttkví þar til þú hefur fengið neikvæðar niðurstöður úr fyrra prófinu. Þú þarft að vera áfram í sóttkví þar til tíminn er liðinn. Þú ættir að taka nýtt kórónapróf 7 sólarhringum eftir síðustu samskipti þín við smitaða einstaklinginn. Sé kórónaprófið að 7 sólarhringum neikvætt geturðu hætt í sóttkví. Ef þú ferð ekki í nýtt kórónapróf verðurðu í sóttkví í 10 sólarhringa eftir síðustu samskipti þín við smitaða einstaklinginn. Ef þú finnur fyrir einkennum þarftu að fara í kórónapróf á ný.

Ef þú ert í skyldusóttkví eftir komu til landsins þarftu bæði að taka kórónapróf við komu og 7 dögum síðar. Þér er lögum samkvæmt skylt að fara í bæði prófið og sóttkvína að viðlögðum sektum. Sé kórónaprófið að 7 sólarhringum neikvætt geturðu hætt í sóttkví. Ef þú býrð með öðrum á heimili og getur ekki haldið fullri fjarlægð ættu hinir að halda sig heima á meðan þú ert í sóttkví. Ef þú finnur fyrir einkennum þarftu að fara í kórónapróf á ný.

- **Ef þú ert í skyldusóttkví og hefur fengið einkenni um kórónasmit** skaltu framfylgja öllum reglum um einangrun því þá hefurðu að öllum líkindum fengið covid-19. Reglur um einangrun eru strangari en reglurnar um sóttkví. Aðrir á heimilinu þurfa að vera í sóttkví þar til þú hefur fengið niðurstöður úr

fyrri prófinu. Það getur komið til greina að sambýlisfólk þitt verði einnig beðið um að fara í kórónapróf.

• **Ef þú hefur farið í prófið án þess að vera með einkenni um kórónu og án þess að hafa smitast** þarftu ekki að halda þig heima þar til niðurstöður hafa borist. Ástæðan gæti til dæmis verið sú að þú tókst prófið vegna þess að þú tekur átt í rannsóknaverkefni, ætlar í heimsókn á stofnun eða þarft að fá vottorð vegna væntanlegs ferðalags.

## Pannig berast þér niðurstöður úr kórónaprófinu

Eftir einn til tvo daga finnurðu niðurstöðurnar úr kórónaprófinu þínu á Helsenorge.no ([www.helsenorge.no/provesvar](http://www.helsenorge.no/provesvar)). Stundum getur það tekið aðeins lengri tíma.

Allir sem hafa norska kennitölu eða D-númer og sem hafa skráð farsímanúmer eða netfang í reitinn „Kontaktinformasjon“ á [helsenorge.no](http://helsenorge.no) fá skilaboðin í SMS eða tölvuskeyti þegar niðurstöður liggja fyrir. Hafir þú hvorki norska kennitölu né D-númer þarftu að hafa samband við staðinn þar sem prófið var tekið eða í kórónasíma sveitarfélagsins til að fá niðurstöður prófsins.

Hafir þú covid-19 (kóróna) stendur að niðurstaðan sé jákvæð eða að sýnt hafi verið fram á kórónaveiru. Hafir þú ekki covid-19 (kóróna) stendur að niðurstaðan sé neikvæð eða að ekki hafi verið sýnt fram á kórónaveiru.

## Ef niðurstöður sýna að þú er með kóróna (jákvæð niðurstaða)

Ef niðurstöður sýna að þú er með kóróna (kóróna) áttu að fara í einangrun án tafar. Smitrakningarteymi sveitarfélagsins hringir þá í þig.

Smitrakning er nauðsynlegur liður í því að stöðva smit. Þess vegna þarf allt það fólk sem þú hefur umgengist (sambýlisfólk og aðrir sem þú hefur verið í tengslum við) að fara í sóttkví. Allt þetta fólk þarf einnig að taka kórónapróf.

Hjá sveitarfélaginu gilda reglur um þagnarskyldu. Gagnkvæmur skilningur er mikilvægur og því skaltu spyrja um það sem þér leikur forvitni á að vita. Þú getur beðið um túlk ef þú átt í erfiðleikum með að skilja málið. Þjónusta túlks er þér að kostnaðarlausu,

Ef þú býrð þar sem ekki er hægt að halda fjarlægð við annað fólk í einangrun á sveitarfélagið að hjálpa þér að finna annan stað til að búa á.

## Ráð og reglur um sóttkví og einangrun

- Ráð og reglur um sóttkví og einangrun:  
[www.fhi.no/avstand-karantene-isolering](http://www.fhi.no/avstand-karantene-isolering)
- Ráð og reglur um sóttkví og einangrun hafa einnig verið þýddar á mörg tungumál:  
[www.fhi.no/karanteneisolasjon-flere-sprak](http://www.fhi.no/karanteneisolasjon-flere-sprak)
- Það getur verið refsivert samkvæmt gildandi lögum að brjóta reglur um einangrun og sóttkví.