

Covid-19

Tiltak i primærhelsetjenesten

Didrik Vestrheim

Overlege, Folkehelseinstituttet

12032020

Hva gjøres i primærhelsetjenesten

- Generelle smitteverntiltak

- God hygiene

- Individrettede tiltak

- Diagnostikk – finne tilfeller med covid-19
- Oppfølging av smittede
- Kontaktsporing – finne kontakter
- Oppfølging av kontakter

- Befolkningsrettede tiltak

- Redusert kontakthypighet

Tiltak	Fase 1 Enkelttilfeller	Fase 2 Klynger	Fase 3 Tidlig epidemi	Fase 4 Epidemi	Fase 5 Sein epidemi
1 God hygiene	Green	Green	Green	Green	Green
2 Tidlig oppdaging og isolering	Green	Green	Yellow	Yellow	Yellow
3 Oppfølging av eksponerte	Green	Yellow	Brown	Brown	Brown
4 Færre reisende fra visse områder	Green	Yellow	Brown	Brown	Brown
5 Redusert kontakthypighet	Brown	Yellow	Green	Green	Green

Generelle smitteverntiltak

Alltid nyttig – særlig viktig nå

- Basale smitteverntiltak for helsepersonell og befolkningen
 - Håndhygiene
 - Hostehygiene
 - Hold avstand – vær ekstra forsiktig der mange møtes
- Dersom du har luftveisinfeksjon
 - Hold deg hjemme
 - Ikke besøk sårbare personer og grupper
- I helsetjenesten
 - Bruk anbefalt beskyttelsesutstyr
 - Ha gode rutiner for renhold og desinfeksjon

Vaner som forebygger **smitte**



Papirlommetørkle

foran munn og nese beskytter andre når du hoster eller nyser. Kast lommetørkleet etter bruk. Vask så hendene.



Bruk albukroken

når du må hoste eller nyse og ikke har papirlommetørkle tilgjengelig.



Vask hendene

ofte og grundig, spesielt når du har vært ute blant folk.



Hånddesinfeksjon

med alkoholholdige midler er et godt alternativ når håndvask ikke er mulig, for eksempel på reise.

Individrettede tiltak

Diagnostikk

Oppfølging av syke

Kontaktsporing

Oppfølging av kontakter

Tiltak i sykehjem og hjemmetjeneste

Diagnostikk

- Identifisere smittede for tilby forsvarlig behandling og oppfølging
- Varsle og melde tilfeller
- Sette i verk kontaktsporing og smitteverntiltak rundt smittede

- Identifisere smittede pasienter i helseinstitusjoner for å sette i verk smitteverntiltak
- Identifisere smittede helsepersonell for å unngå smitte i helseinstitusjoner

Sikre forsvarlig helsehjelp, adekvate smitteverntiltak, og kunnskap og oversikt over smittesituasjon

Diagnostikk

- Personer med mistenkt covid-19 sykdom
 - Mistanke ut fra **kliniske symptomer, reiseanamnese, og kontakt med kjente tilfeller**
- Andre personer
 - **Innlagte** i helseinstitusjoner med akutt luftveisinfeksjon
 - **Ansatte** i helsetjenesten med pasientnært arbeid som har symptomer og vært på **reise utenom Norden**

Det anbefales **ikke** testing av personer uten symptomer på akutt luftveisinfeksjon

Oppfølging av smittede og syke

- Behov for sykehusinnleggelse
 - Avklare transport og innleggelse med AMK/sykehus
- Kan være hjemme – **Hjemmeisolasjon**

Hjemmeisolasjon

- Hvem?
 - Syke som ikke trenger innleggelse
- Hva?
 - Pasienten holder seg hjemme (ikke selv gå i butikk e.l., begrenns nær kontakt med andre personer i hjemmet ditt,)
 - Helsepersonell skal følge anbefalte smitteverntiltak, inklusive bruk av personlig beskyttelsesutstyr. Dette gjelder også om helsepersonell skal besøke andre i samme husstand til hjemmeisolerte pasienter.
- Hvor lenge?
 - Til 6-8 dager etter symptomfrihet, og etter en individuell vurdering utført av lege

Kontaktsporing

- **Formål:** utsette og begrense sykdomsutbruddet
- Identifisere og følge opp kontakter (nærkontakter og lavrisikokontakter)
 - Kommunelege, og smittevernansvarlige i sykehus
- Vi anbefaler å spore opp *nærkontakter* til den smittede fra dagen før symptomstart, for lavrisikokontkater fra symptomdebut
- Friske nærkontakter bør ha hjemmekarantene
- Dersom de blir syke skal de ta kontakt med lege/legevakt per telefon

Hjemmekarantene

- Hvem?

- Nærkontakter til bekreftede tilfeller
- Helsepersonell som er husstandsmedlemmer til mistenkte tilfeller, inntil svar på laboratorieprøve foreligger
- Karantene gjelder også for alle personer som har vært i områder med utbredt spredning av koronavirus

- Hva?

- Personen holder seg hjemme. Kan gå ut av hjemmet, man skal unngå nær kontakt med andre ikke gå på jobb eller skole, unngå reiser og ikke ta offentlig transport, unngå andre steder der man lett kommer nær andre
- Husstandsmedlemmer kan leve som normalt, og gå på jobb, skole eller i barnehage, med mindre du utvikler feber eller luftveissymptomer. Vi anbefaler at husstandsmedlemmer også er årvåkne for feber eller luftveissymptomer

- Hvor lenge?

- 14 dager

Hjemme- karantene

Gjelder for personer som

- er **symptomfri**
- Bor/har hatt nærkontakt* med bekreftet smittet eller
- har vært i område med utbredt spredning av koronavirus

Hvis man utvikler symptomer

Hjemme- isolasjon

Gjelder for personer som er

- bekreftet smittet eller
- mistenkt syk **med symptomer** (testes)

Tiltak ved hjemmekarantene

Personer kan gå ut av eget hjem, men bør unngå nær kontakt med andre.

Det omfatter å:

- ikke gå på jobb eller skole
- unngå reiser og ikke ta offentlig transport
- unngå andre steder der man lett kommer nær andre

Tiltak ved hjemmeisolering

Pasienten holder seg hjemme.

Hvis mulig: eget rom og eget bad

Husstandsmedlemmer har karantene

Sykehjem og hjemmetjenesten

- Hindre introduksjon

- Ansatte med luftveisinfeksjoner bør ikke gå på jobb
- Personer som er syke eller er i karantene skal ikke besøke beboere

- Dersom spredning

- Isolasjon, dråpesmitte
- Kohortisolering ?

- Hjemmetjenesten

- Ved tjenestebesøk hos bruker i hjemmekaratene, **uten** symptomer: basale smittevernrutiner
- Ved tjenestebesøk hos bruker i hjemmeisolasjon, **med** symptomer: dråpesmitteregime

Befolkningsrettede tiltak

Tiltak for å redusere og forsinke spredning

- Hygienetiltak
 - Håndhygiene
 - Hostehygiene
 - Hyppig renhold av gjenstander som berøres av mange
 - Unngå å ta seg i ansiktet med hendene
 - Unngå håndhilsing, kyssing og klemming
- Redusert kontakthypighet i befolkningen
 - Arrangementer og samlinger
 - Arbeidsplasser
 - Skoler
 - Frivillighet og evt etter vedtak

Hold avstand

Arrangementer og samlinger

- Flere faktorer bidrar til smittespredning ved arrangementer og samlinger
- Avlyse?
 - Alle innendørs arrangementer med >500 personer: avlyse
 - Alle innendørs arrangementer med 100-500 personer: risikovurdere
- Kan risikoen reduseres?
 - Vurdere hvilke faktorer som bidrar til smittespredning, og hvilke faktorer som kan påvirkes med tiltak

For informasjon og oppdaterte råd:

- Se Koronaveilederen på fhi.no
<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/>
- Abonner på nyhetsbrev fra FHI