

## Covid-19

### 1. Hensikt

Forhindre smittespredning og sikre riktig håndtering

### 2. Ansvar

Alle ansatte.

### 3. Generelt

Covid-19 er en luftveisinfeksjon som forårsakes av SARS-CoV-2. SARS-CoV-2 forårsaket en stor pandemi i perioden mellom 2019 og 2022. Viruset har fortsatt stor utbredelse globalt. Koronavirusfamilien omfatter mange ulike virus som kan forårsake infeksjoner i mennesker og/eller dyr.

#### Smittemåte og smitteførende periode:

Personer med covid-19 er mest smittsomme i 1-2 dager før symptomstart og i de første dagene etter symptomstart. Man kan være smittet med SARS-CoV-2 uten å utvikle sykdom, og likevel smitte videre. Personer som ikke utvikler symptomer, er trolig mindre smittsomme. Smitte med SARS-CoV-2 skjer først og fremst ved nær kontakt med en smittet person.

Konsentrasjonen av dråper avtar med økende avstand fra kilden ettersom de store dråpene raskt faller til bakken, og konsentrasjonen av de mindre dråpene fortynnes i luften. Nåværende kunnskap tyder på at SARS-CoV-2 fortrinnsvis smitter ved innånding og avsetning av dråper ved nærkontakt. Små dråper kan holde seg i luften lenge (minutter til timer) og bevege seg over lengre avstand enn større dråper. Selv om generell smitterisiko avtar med økende avstand, kan smittespredning over lengre avstander forekomme ved spredning av virusholdige små dråper fra nese og munn hos en smitteførende person. Risiko for smitte med små dråper over lengre avstander øker med økende oppholdstid i rom med lavt luftvolum eller utilstrekkelig ventilasjon, tørr luft, og i forbindelse med aktiviteter som gir økt dråpedannelse.

Smitte via overflater er sannsynligvis sjeldent for SARS-CoV-2.

#### Inkubasjonstid:

Inkubasjonstiden er vanligvis rundt 3 dager, den kan variere fra en dag til over to uker, men vil sjeldent være lengre enn 7 dager.

#### Symptomer og forløp:

Covid-19 kan gi alt fra ingen symptomer til alvorlig sykdom, og i sjeldne tilfeller føre til dødsfall. Vanlige symptomer ved covid-19 er luftveissymptomer og mer generelle symptomer som sykdomsfølelse, feber og muskelsmerter.

De vanligste rapporterte symptomene er rennende nese, hodepine, slapphet, nysing og sår hals. Andre vanlige symptomer er hoste, heshet og feber. Andre symptomer kan også forekomme, alene eller i kombinasjon med andre, som for eksempel tap av smak- og luktesans, magesmerter, oppkast og diaré. Særlig barn og eldre kan ha atypiske symptomer.

#### Diagnostikk:

Testing for SARS-CoV-2 anbefales av personer med symptomer dersom behandlende lege vurderer svaret som nyttig for videre oppfølging eller behandling av pasient, på lik linje med øvrige luftveisvirus.

Personer med høy risiko for å utvikle alvorlig sykdom bør vurdere å teste seg raskt ved symptomer slik at adekvat antiviral behandling kan igangsettes så raskt som mulig.

#### Forebyggende tiltak:

- Vaksinasjon
- Unngå (om mulig) nærkontakt med syke personer. Den vanligste måten covid-19 smitter på er via nysing eller hosting.
- Bruke engangs papirhåndklær foran munnen for å beskytte andre når du hoster eller nyser. Kast papirhåndkleet etter bruk.
- Utfør håndhygiene grundig og ofte.

## **4. Fremgangsmåte**

### **4.1 Tiltak i helseinstitusjoner**

Ved mistenkt eller kjent smitte bør pasienten isoleres/oppholde seg på enerom med dråpesmitteregime, til symptomene er avtagende.

- Varighet av isolering:
  - Personer med covid-19 er mest smittsomme 1-2 dager før og de første dagene etter symptomstart. Ved mild sykdom er smittsomheten etter dag 4 (hvor dag 0 er tidspunkt for symptomstart) vanligvis liten.
  - Pasienter med alvorlig sykdom og/eller nedsatt immunforsvar og multimorbide eldre kan skille ut virus lengre enn andre. I slike tilfeller bør det gjøres en individuell vurdering av behov for forlenget isolasjon.

Flere pasienter med samme diagnose kan isoleres på samme rom (kohortisolering).

Dør til rom må være lukket, og rommet merkes med dørplakat.

Man bør begrense besøk i tiden pasienten er smitteførende.

#### Beskyttelsesutstyr:

I situasjoner der ansatte er i risiko for å komme i kontakt med luftveissekret eller andre kroppsvæsker (nærmere pasienten enn 2 meter), bør man benytte:

- Munnbind, øyebeskyttelse, smittefrakk og hansker.
- Åndedrettsvern bør brukes ved [aerosolgenererende prosedyrer i luftveiene](#).
- Hårbeskyttelse er sjeldent nødvendig. Bruk av hette (hårbeskyttelse) kan vurderes i situasjoner hvor det er stor fare for direkte tilsøling av håret.

#### Tekstiler:

Tekstiler behandles som smittetøy mens det pågår dråpesmitteregime. Se egen prosedyre: *Tekstilhåndtering - rent, urent og smittetøy*.

#### Avfall:

Se egen prosedyre: *Smittefarlig avfall*

#### Utstyr:

Alt utstyr som tas ut av rommet, emballeres i poser. Utstyr som tåler varmedesinfeksjon (dekontaminator/instrumentvaskemaskin), varmedesinfiseres. Utstyr som ikke tåler

varmedesinfeksjon må kjemisk desinfiseres med egnet desinfeksjonsmiddel (*Tabell desinfeksjonsmidler*).

#### Servise og bestikk:

God håndhygiene før måltid.

Servise og bestikk emballeres i pose på pasientrommet, transporteres og settes direkte i oppvaskmaskinen, eventuelt oppbevares i pose på uren side av benken til det kan settes inn i oppvaskmaskin. Vaskes sammen med annen uren oppvask.

#### Renhold:

Renholdspersonell benytter samme beskyttelsesutstyr som pleiepersonalet.

Dette rommet bør tilstrebes å tas til slutt i rengjøringsrunden.

Alle felles berøringspunkter, sengehest, vasken, wc, dørhåndtak, håndtak, ringsnor etc. og flater (spesielt nattbord) rengjøres daglig.

Ved synlig søl med kroppsvæsker, skal området flekkdesinfiseres.

Se egen prosedyre: *Flekkdesinfeksjon - håndtering ved søl av kroppsvæsker*.

Kluter/mopper kokvaskes, og moppestativ desinfiseres med egnet desinfeksjonsmiddel etter bruk.

Husk smittevask ved opphør av smitteregime, se egen prosedyre: *Smittevask ved opphør av smitte*

## **4.2 Tiltak i døgnbemannet bolig**

Ved mistenkt eller kjent smitte bør pasienten isoleres/oppholde seg på rommet/leiligheten med dråpesmitteregime, til symptomene er avtagende.

- Varighet av isolering:
  - Personer med covid-19 er mest smittsomme 1-2 dager før og de første dagene etter symptomstart. Ved mild sykdom er smittsomheten etter dag 4 (hvor dag 0 er tidspunkt for symptomstart) vanligvis liten.
  - Pasienter med alvorlig sykdom og/eller nedsatt immunforsvar og multimorbide eldre kan skille ut virus lengre enn andre. I slike tilfeller bør det gjøres en individuell vurdering av behov for forlenget isolasjon.

Dør til rom/leilighet må være lukket, og dør merkes med dørplakat der det er naturlig.

Man bør begrense besøk i tiden pasienten er smitteførende.

#### Beskyttelsesutstyr:

I situasjoner der ansatte er i risiko for å komme i kontakt med luftveissekret eller andre kroppsvæsker (nærmere pasienten enn 2 meter), bør man benytte:

- Munnbind, øyebeskyttelse, smittefrakk og hansker.
- Åndedrettsvern bør brukes ved [aerosolgenererende prosedyrer i luftveiene](#).
- Hårbeskyttelse er sjeldent nødvendig. Bruk av hette (hårbeskyttelse) kan vurderes i situasjoner hvor det er stor fare for direkte tilsøling av håret.

#### Tekstiler:

Alle urene tekstiler skal håndteres som smittetøy mens det pågår smitteregime. Smittetøy bør kokvaskes. Smittetøy som ikke tåler kokvask, vaskes på høyest mulig tålbart temperatur og lange vaskeprogrammer. Smittetøy skal ikke legges på gulvet eller i møbler og lignende. Unngå å riste tøyet.

Smittetøy legges direkte i pose, eller vaskemaskin.

Avfall:

Se egen prosedyre: *Smittefarlig avfall*

Utstyr:

Alt utstyr som tas ut av rommet, emballeres i poser. Utstyr som skal brukes av andre bør rengjøres og kjemisk desinfiseres med egnet desinfeksjonsmiddel (*Tabell desinfeksjonsmidler*).

Servise og bestikk:

God håndhygiene før måltid.

Ved felles kjøkken: servise og bestikk emballeres i pose på pasientrommet, transporteres og settes direkte i oppvaskmaskinen, eventuelt oppbevares i pose på uren side av benken til det kan settes inn i oppvaskmaskin. Vaskes sammen med annen uren oppvask. Oppvask i leilighet håndteres som normalt, husk god håndhygiene.

Renhold:

Renholdspersonell benytter samme beskyttelsesutstyr som pleiepersonalet.

Det bør tilstrebes å tas til slutt i rengjøringsrunden.

Alle felles berøringspunkter, sengehest, vasken, wc, dørhåndtak, håndtak etc. og flater spesielt nattbord) rengjøres daglig.

Ved synlig søl med kroppsvæsker, skal området flekkdesinfiseres.

Se egen prosedyre: *Flekkdesinfeksjon - håndtering ved søl av kroppsvæsker*.

Kluter/mopper kokvaskes.

Husk smittevask ved opphør av smitteregime, se egen prosedyre: *Smittevask ved opphør av smitte*

### 4.3 Tiltak i hjemmetjenesten

Ved mistenkt eller kjent smitte bør det igangsettes dråpesmitteregime i hjemmet, til symptomene er avtagende:

- Personer med covid-19 er mest smittsomme 1-2 dager før og de første dagene etter symptomstart. Ved mild sykdom er smittsomheten etter dag 4 (hvor dag 0 er tidspunkt for symptomstart) vanligvis liten.
- Pasienter med alvorlig sykdom og/eller nedsatt immunforsvar og multimorbide eldre kan skille ut virus lengre enn andre. I slike tilfeller bør det gjøres en individuell vurdering av behov for forlenget isolasjon.

Beskyttelsesutstyr:

I situasjoner der ansatte er i risiko for å komme i kontakt med luftveissekret eller andre kroppsvæsker (nærmere pasienten enn 2 meter), bør man benytte:

- Munnbind, øyebeskyttelse, smittefrakk og hansker.
- Åndedrettsvern bør brukes ved [aerosolgenererende prosedyrer i luftveiene](#).
- Hårbeskyttelse er sjeldent nødvendig. Bruk av hette (hårbeskyttelse) kan vurderes i situasjoner hvor det er stor fare for direkte tilsøling av håret.

Tekstiler:

Alle urene tekstiler skal håndteres som smittetøy mens det pågår smitteregime. Smittetøy bør kokvaskes. Smittetøy som ikke tåler kokvask, vaskes på høyest mulig tålbar temperatur og lange vaskeprogrammer. Smittetøy skal ikke legges på gulvet eller i møbler og lignende. Unngå å riste tøyet.

Smittetøy legges direkte i pose, eller vaskemaskin.

Avfall:

Se egen prosedyre: *Smittefarlig avfall*

Utstyr:

Alt utstyr som tas ut av hjemmet og som skal gjenbrukes av andre bør rengjøres og kjemisk desinfiseres med egnet desinfeksjonsmiddel (*Tabell desinfeksjonsmidler*). Hvis ikke det kan gjøres på brukerstedet, emballeres utstyr i poser og tas med tilbake til kontoret. Deretter rengjøres og desinfiseres det på et egnet sted. Dette gjelder eksempelvis medisinsk teknisk utstyr som BT-apparater og pulsoksymeter o.l.)

Servise og bestikk:

God håndhygiene før måltid.

Oppvask håndteres som normalt, husk god håndhygiene.

Renhold:

Vanlig rengjøring med fokus på felles berøringspunkter.

Ved synlig søl med kroppsvæsker, skal området flekkdesinfiseres.

Se egen prosedyre: *Flekkdesinfeksjon - håndtering ved søl av kroppsvæsker*.

#### 4.4 Opphør av isolasjon

Pasienter bør isoleres ut sykdomsperioden, som regel 4 døgn etter symptomdebut.

#### 5. Referanser

- [Folkehelseinstituttet, Smittevernhandboka: Covid-19 - håndbok for helsepersonell \(2024\)](#)
- [Folkehelseinstituttet, Smittevernhandboka: Smitteverntiltak i helsetjenesten ved virale luftveisinfeksjoner - håndbok for helsepersonell \(2024\)](#)