

# Sýkingar af völdum nýrrar kórónaveiru (COVID-19)

Leiðbeiningar fyrir löggæslustarfsmenn á landamærum vegna nýrrar  
kórónaveiru (COVID-19)

## Handþvottur og handsprittun

Endurtakið hvert atriði vandlega fimm sinnum eða oftar!



1 Nuddið lófum saman



2 Nuddið bæði handarbökin með lófnum



3 Nuddið vel milli fingra



4 Nuddið fingurgóma og neglur vandlega



5 Nuddið báða þumalfingur vandlega



6 Nuddið vandlega inni í báðum lófum

3. mars 2020



Embætti  
landlæknis  
Sóttvarnalæknir

## Efnisyfirlit

Skammstafanir.....	3
Gátlisti löggæslustarfsmanna og starfsmanna á landamærum vegna COVID-19 .....	3
Boðleiðir og fyrstu viðbrögð við grun um COVID-19.....	3
Grundvallarsmitgát.....	4
Umönnun veikra og aðkoma læknis.....	5
Áhættumat og rakning smitleiða.....	5
Sóttthreinsun svæðis .....	6

## Skammstafanir

Skammstöfun	Heiti
112	Neyðarlínan, samræmd neyðarsímsvörun fyrir landið allt
Avd-RLS	Almannavarnadeild ríkislögreglustjóra
COVID-19	Öndunarfærasýking vegna nýrrar kórónaveiru
SVL	Sóttvarnalæknir
WHO	World Health Organization - Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin

## Gátlisti löggæslustarfsmanna og starfsmanna á landamærum vegna COVID-19

**Þegar hætta er talin á smiti af völdum COVID-19 þarf hver starfsmaður að:**

- Þekkja einkenni COVID-19 sýkingar og smitleiðir veirunnar. Helstu einkenni COVID-19 eru: Hiti, hósti, vöðvaverkir og slappleiki, auk þess finnur hluti sýktra fyrir öndunarörðugleikum. Einkenni frá efri öndunarfærum eins og hálsærindi og nefrennsli eru sjaldgæfari.
- Upplýsa næsta yfirmann ef grunur vaknar um COVID-19 um borð í skipi eða innan hafnar.
- Efla sýkingavarnir og beita [grundvallarsmitgát](#)

## Boðleiðir og fyrstu viðbrögð við grun um COVID-19

**Ef grunur um sýkingu af völdum COVID-19 vaknar er unnið samkvæmt eftirfarandi:**

- Ef grunur vaknar, hringið í vakthafandi smitsjúkdómalækni á Landspítala í gegnum skiptiborð s. 543-1000 eða hafið samband við SVL í síma 510-1933.
- Ef málið þolir enga bið, hringið í 112 og óskið eftir sjúkraflutningi.
- Vakthafandi læknir/sjúkraflutningamaður ber ábyrgð á framkvæmd áhættumats vegna gruns um COVID-19 sýkingu í samráði við umdæmislækni sóttvarna og sóttvarnalækni, vaktsími sóttvarnalæknis er 510-1933 og einnig vakthafandi smitsjúkdómalækni á Landspítala í gegnum skiptiborð 543-1000.

# Grundvallarsmitgát

Ávallt skal viðhafa grundvallarsmitgát gagnvart öllu fólki, hvort sem það lítur út fyrir að vera veikt eða ekki.

**Hafið þennan hlífðarbúnað tiltækan á ykkar vinnusvæðum og gætið þess að allir hafi fengið viðeigandi fræðslu varðandi notkun:**

- Einnota hanskar.
- Einnota hlífðarsvuntur.
- Andlitshlíf (eða hlífðargrímur og hlífðargleraugu).
- Þurrkt sótthreinsiduft, stráð yfir fljótandi smitefni og breytir því í hlaupkennt efni.
- Sótthreinsandi lögur til yfirborðshreinsunar (Virkon).
- Plastpokar fyrir mengaðan úrgang.
- Bréfpurrkur.
- Skilti og bönd til afmörkunar á menguðu svæði (val).

**Í grundvallarsmitgát felst m.a. eftirfarandi:**

- Almenn handhreinsun, þ.e. handþvottur og/eða notkun handspritts.
- Greiður aðgangur að handþvottaaðstöðu og handspritti.
- Greiður aðgangur að einnota hlífðarhönskum. Spritta skal hendur eftir notkun þeirra.
- Vera með einnota hlífðarhanska, plastsvuntu og einnota tusku þegar hreinsa þarf blóð, ælu eða aðra líkamsvessa. Nota andlitshlíf ef hætta er á að vessar berist í andlit.
- Sýna varúð við hósta eða hnerra.
- Einnota búnaður er settur í poka að notkun lokinni.

**Við almenn veikindi:**

- Miðið aðstæður og aðbúnað við einkenni hins veika.
- Kallið eftir aðstoð frá heilbrigðisstofnun ef þörf er á.
- Aðskiljið hinn veika frá öðrum á staðnum.
- Hafið til staðar pappírspurrkur til að þurrka upp hugsanlegt smitefni s.s. blóð, plastpoka og ælupoka ef hinn veiki er með uppköst.
- Tryggið aðgang að sérsalerni fyrir hinn veika.
- Hafið til staðar sótthreinsunarefni og klút (Virkon eða klórblöndu 500–1000 ppm að styrkleika).

## Umönnun veikra og aðkoma læknis

- a. Viðhafið [grundvallarsmitgát](#), sjá hér á undan.
- b. Einangrun sýktra einstaklinga er talin ein árangursríkasta aðgerðin til að koma í veg fyrir útbreiðslu sýkingar af völdum COVID-19. Flytja skal veikan einstakling í sér herbergi með aðgang að salerni sem aðeins er ætlað honum til umráða. Umgengni við hinn veika er takmörkuð.
- c. Eftirfarandi er sett hjá sjúklingi:
  - i. Ælupoki
  - ii. Pappírspurrkur
  - iii. Plastpoki fyrir úrgang (notaður hlífðarbúnaður, ælupokar, þurrkur) sem fer í almennt sorp.
  - iv. Handspritt
  - v. Sótthreinsunarefni (Virkon)
- d. Kenna skal sjúklingi hóstavarúð (hósta/hnerra í snýtubríf, setja það í poka og spritta hendur). Setja skal fínagnagrímu **án ventils** (FFP2 hið minnsta) á sjúkling ef ástand hans leyfir, ef sú gríma er of þétt skal nota skurðstofugrímu.
- e. Vakthafandi læknir mætir á svæðið og klæðist hlífðarsloppi, hönskum, hlífðargleraugum og fínagnagrímu (FFP2/N95 að lágmarki). Hann framkvæmir læknisskoðun og gerir áhættumat í samráði við umdæmislækni sóttvarna, hlutaðeigandi hafnar og SVL *vaksími 510-1933* og vakthafandi smitsjúkdómalækni á Landspítala í síma 543-1000
- f. Hinum veika skulu veittar ítarlegar upplýsingar um smitleiðir og einkenni COVID-19 sýkingar.
- g. Ef smitefni fer í umhverfið (líkamsveifar) er það þurrkað upp með einnota þurrku, yfirborð þrifið með sápuvatni og síðan strokið yfir það með sótthreinsandi efni (Virkon).
- h. Notuðum hlífðarbúnaði og öðru sorpi sem fallið hefur til við umönnun hins veika (t.d. notaðir ælupokar, óhreinar þurrkur) er sett í lokaðan poka sem fer í almennt sorp.
- i. Sjúkraflutningamenn fylgja fyrirmælum vakthafandi læknis, umdæmislækni eða SVL um smitgát við flutning hins veika. Læknir fylgir sjúklingi í flutningi ef þörf er talin þar á
- j. Starfsfólk sem sinnti viðkomandi skal fara í hreinan vinnufatnað eftir að hinn veiki hefur yfirgefið svæðið. Óhreinan vinnufatnað má þvo í þvottavél á hefðbundinn hátt.

## Áhættumat og rakning smitleiða

Þeir sem geta verið útsettir eru:

- a. Þeir sem tilkynna beina snertingu við hinn sýkta eða snertingu við smitefni (starfsmenn hafnar/áhöfn sem sinnti viðkomandi og aðrir samferðamenn).
- b. Þeir sem hafa verið í mikilli nálægð við hinn sýkta < en 1 metri.
- c. Þeir sem þrifu svæðið sem var hugsanlega mengað.

Gera þarf ráð fyrir að læknir sem framkvæmir læknisskoðun fylgi sjúklingi á heilbrigðisstofnun og umdæmislæknir sóttvarna eða staðgengill hans ber því ábyrgð á upplýsingamiðlun varðandi

áhættumat og rakningu smits. SVL heldur skrá um þá sem voru útsettir fyrir smiti og veitir frekari upplýsingar um smitgát og hegðun til næstu tveggja vikna. Þeir sem tilheyra þessum hópi og dvelja á Íslandi næstu tvær vikur eftir að hafa verið útsettir fyrir smiti skulu fylgja eftirfarandi leiðbeiningum:

**Sóttkví einstaklinga sem átt hafa nán samskipti við sjúkling með COVID-19:**

- i. Heilbrigðisstarfsmaður veitir ítarlegar upplýsingar um smitleiðir og einkenni COVID-19.
- ii. Viðkomandi einstaklingi **ber að vera í sóttkví þar til 14 dagar eru liðnir** frá því að hugsanlegt smit átti sér stað.
- iii. Einstaklingur skal vera í daglegum tengslum við útnefndan tengilið innan heilbrigðisþjónustunnar annað hvort símleiðis eða með heimsóknnum meðan á sóttkví stendur.
- iv. Einstaklingur mælir líkamshita sinn daglega.
- v. Ef viðkomandi einstaklingur fær einkenni um COVID-19 sýkingu ber honum að hafa samband símleiðs við tengiliðinn sinn á heilsugæslustöð eða 1700 og fylgja frekari fyrirmælum. Algengast er að fyrsta einkennið sé hækkaður líkamshiti.

**Ef í ljós kemur að sá sem viðkomandi átti nán samskipti við, reynist ekki vera með COVID-19 sýkingu skal aðgerðum aflétt.**

## Sóttþreinsun svæðis

Sóttþreinsun hefst um leið og sá sem grunaður er um smit er farinn úr rýminu.

**Eigin smitgát þeirra sem þrifa svæði við grun um mengun af völdum kórónaveiru:**

- a. Beita skal grundvallarsmitgát við þrif vegna gruns um COVID-19 sýkingu
- b. Við þrifin skal nota eftirfarandi hlífðarbúnað:
  - i. Einnota hanskar (tvenn pör).
  - ii. Einnota svunta.
  - iii. Andlitshlíf ef hætta er á að sóttmengað efni berist í andlit.
- c. Að verki loknu skal setja notaðan hlífðarbúnað í plastpoka sem er lokaður og má fara í almennt sorp.
- d. Hendur eru þvegnar og sprittaðar strax og búið er að setja notaða hanska í poka fyrir úrgang.
- e. Farið í hreinan vinnufatnað að verki loknu. Óhreinan fatnað má þvo í þvottavél á hefðbundinn hátt.

**Sóttþreinsun og þrif á svæði sem grunað er að vera mengað af hættulegu smitefni:**

- a. Þrifa skal svæðið þar sem hinn veiki dvaldi og nánasta umhverfi.
- b. Ekki má nota þrýstiloft, það getur þyrlað smitefni út í andrúmsloftið.
- c. Sóttmengað svæði er afmarkað og almennri umferð er beint frá.
- d. Hafið tiltækan poka fyrir úrgang sem má fara í almennt sorp.
- e. Nota skal samþykkt hreinsi- og sóttþreinsiefni (1% Virkon). Ávallt skal nota réttan styrkleika og snertitíma.
- f. Bréfaburrkur eru notaðar til þess að hreinsa upp sýnileg spilliefni. Skiptið um hanska ef á þeim sést mengað efni.
- g. Fyrst er þvegið með sápulegi og að því búnu farið yfir með sóttþreinsunarefni (1% Virkon).
- h. Fyrst er þrifið efst og haldið áfram niður á við. Byrjið á því að dreifa sápulegi yfir svæðið með bréfaburrku eða úðara. Þegar allt svæðið hefur verið þakið sápulegi eru bréfaburrkur notaðar til að þurrka upp og settar í poka fyrir úrgang. Síðan er allt svæðið þakið pappírspurrkum og vætt í pappírspurrkunum með klórblöndu. Að lokum er svæðið skolað með volgu vatni og þurrkað að því búnu.
- i. Á salerni sem hinn sýkti notaði skal þrifa eftirfarandi:
  - i. Hurðarhún
  - ii. Læsingarbúnað
  - iii. Blöndunartæki og vask
  - iv. Aðliggjandi vegg og borð
  - v. Salernissetu og umhverfi hennar
- j. Hlífðarbúnaður og hanskar fara að verki loknu í lokaðan poka og í almennt sorp.