

Leiðbeiningar til starfsmanna sóttvarnahúsa vegna COVID-19

Handþvottur og handsprittun

Endurtakið hvert atriði vandlega fimm sinnum eða oftar!



1 Nuddið lófum saman



2 Nuddið bæði handarbökin með lófunum



3 Nuddið vel milli fingra



4 Nuddið fingurgóma og neglur vandlega



5 Nuddið báða þumalfingur vandlega



6 Nuddið vandlega inni í báðum lófum

11. september 2020

Efnisyfirlit

Skammstafanir.....	3
Tilgangur sóttvarnahúss og val á dvalargestum	3
Gátlisti starfsmanna sóttvarnahúsa vegna COVID-19	3
Fyrstu viðbrögð við grun um COVID-19.....	3
Grundvallarsmitgát.....	4
Umgengni við einstaklinga í sóttkví.....	4
Um takmarkanir á ferðum og athöfnum einstaklinga í sóttkví í sóttvarnahúsi.....	5
Umgengni við einstaklinga í einangrun	7
Um viðeigandi takmarkanir á ferðum og athöfnum einstaklinga í einangrun í sóttvarnahúsi.....	8
Eftirlit með þeim sem komast í návígi við veika	9
Sóttthreinsun svæðis þar sem veikir hefur dvalið	10
Meðhöndlun búnaðar sem ekki er einnota.....	11

Skammstafanir

Skammstöfun	Heiti
112	Neyðarlínan, samræmd neyðarsímsvörun fyrir landið allt
1700	Læknavakt – samræmdur vaksími heilbrigðisþjónustu
Avd-RLS	Almannavarnadeild ríkislögreglustjóra
COVID-19	Öndunarfærasýking vegna nýrrar kórónaveiru
RKÍ	Rauði krossinn á Íslandi
SVL	Sóttvarnalæknir
WHO	World Health Organization - Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin

Tilgangur sóttvarnahúss og val á dvalargestum

Sóttvarnahús er staður þar sem einstaklingar geta verið í sóttkví eða einangrun sem ekki eiga sér samastað á Íslandi eða geta af einhverjum sökum ekki verið í sóttkví eða einangrun heima hjá sér, og þurfa ekki að dvelja á sjúkrahúsi. Allir koma í gegnum heilbrigðisþjónustuna sem ákveður innlögn í sóttvarnahús skv. ákveðnum skilmerkjum í samráði við RKÍ. Tilkynnt er um innlögn/væntanlegan gest í skilgreint símanúmer sóttvarnahúss, einnig er ráðsmaður RKÍ látinn vita. Ráðsmaður aflar sér frekari upplýsinga er þörf.

Val á einstaklingum til dvalar í sóttvarnahúsi:

- 1) Útlendingar sem búa ekki á Íslandi, útsettir (í sóttkví) og sýktir (í einangrun).
- 2) Einstaklingar sem eru búsettir hér sem geta ekki verið í sóttkví heima t.d. ef ónæmisbæddur einstaklingur er á heimilinu.

Gátlisti starfsmanna sóttvarnahúsa vegna COVID-19

Þar sem einstaklingar dvelja í sóttkví vegna hættu á smiti af völdum kórónuveiru (COVID-19) þarf hver starfsmaður að:

- Þekkja einkenni COVID-19 sýkingar og smitleiðir veirunnar.
- Kynna sér vel og miðla til skjólstaðinga þeim upplýsingum um [sóttkví](#), [einangrun](#) og [COVID-19](#) sem sóttvarnalæknir hefur útbúið.
- Beita grundvallarsmitgát við öll störf og viðhafa frekari sóttvarnarráðstafanir þegar við á (bls. 5).
- Upplýsa ráðsmann RKÍ ef grunur vaknar um COVID-19 hjá skjólstaðingi.
- Vera reiðubúinn að liðsinna veikum skjólstaðingi til að nálgast heilbrigðisþjónustu ef þörf krefur.

Fyrstu viðbrögð við grun um COVID-19

Einkenni líkjast helst influensúsýkingu, hósti, hiti, andþyngsli, bein- og vöðvaverkir og þreyta. COVID-19 getur einnig valdið alvarlegum veikindum með neðri öndunarfærasýkingu og lungnabólgu, sem koma oft fram sem öndunarerfiðleikar á 4.–8. degi veikinda. Ef grunur um nýja sýkingu af völdum COVID-19 vaknar innan sóttvarnahúss, þarf að hafa samband við heilbrigðisþjónustuna í síma 1700 eða beinan síma vaktlæknis sem ábyrgur er fyrir þjónustu á svæðinu þar sem það á við.

Í neyðartilvikum á að hringja í 112, en mikilvægt er að nefna grun um COVID-19.

Grundvallarsmitgát

Ávallt skal viðhafa grundvallarsmitgát gagnvart öllu fólki, hvort sem það virðist vera veikt eða ekki.

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 hönskum við notkun við þrif eða aðhlyningu veikra. Hanska á að fjarlægja strax að verki loknu og spritta skal hendur.
- Vera með einnota hanska, hlífðarslopp og einnota tusku þegar hreinsa þarf blóð, ælu eða aðra líkamsvessa. Slíkan búnað ætti að setja í plastpoka sem síðan er lokað og sá settur í annan plastpoka ef hann gæti hafa mengast að utan áður en hann fer í almennt sorp.

Hafið þennan hlífðarbúnað tiltækan í sóttvarnahúsi til afnota fyrir þá sem þurfa að vera í miklu návígi við veika einstaklinga. Gætið þess að allir starfsmenn í framlínu hafi fengið viðeigandi fræðslu varðandi notkun:

- Einnota hanskar.
- Einnota hlífðarsloppar.
- Hlífðargrímur.
- Þurrt sóttthreinsiduft, stráð yfir fljótandi smitefni og breytir því í hlaupkennt efni.
- Sóttthreinsandi lögur til yfirborðshreinsunar (Virkon).
- Plastpokar fyrir mengaðan úrgang.
- Bréfburrkur.
- Skilti og bönd til afmörkunar á menguðu svæði (val).

Umgengni við einstaklinga í sóttkví

Mikilvægt er að takmarka umgengni einstaklinga í sóttkví við aðra, þ. á m. starfsmenn sóttvarnahúss. Einstaklingar í sóttkví eru skv. skilgreiningu ekki veikir og því ekki taldir smitandi, en geta veikt skyndilega og verið með mjög væg einkenni til að byrja með, þá smitandi en gera sér e.t.v. ekki sjálfir grein fyrir að þeir eru að veikjast. Starfsmenn sóttvarnahúss ættu því að:

- Halda sig a.m.k. 1 meter frá einstaklingum sem eru í sóttkví eftir því sem kostur er.
- Notaða vandaða handhreinsun (þvott með sápu eða handspritt) reglulega, sérstaklega eftir að taka þarf við hlutum af einstaklingi í sóttkví, snerta sameiginlega fleti s.s. lyftu-hnappa og hurðarhúna, áður en borðað er o.s.frv. Mjög mikilvægt er að nota handspritt eða handþvott áður en starfsmaður kemur við andlit sitt, hvert sem tilefnið er.
- Hanska þarf að nota við óhrein verk en þeir geta veitt falskt öryggi ef þeir eru ekki fjarlægðir strax að því verki loknu. Ekki er viðeigandi eða gagnlegt að bera hanska allan daginn ef hendur eru ekki hreinsaðar reglulega.
- Láta einstaklinga með öndunarfæraeinkenni fá andlitsgrímur og setja slíkt upp sjálfir auk hlífðarslopps og hanska ef þeir þurfa að liðsinna veikum einstaklingi, sjá neðar vegna veikinda hjá einstaklingum í sóttkví.

Við þrif sóttvarnahúss þarf að gæta sérstaklega að því að strjúka af helstu sameiginlegu yfirborðum, s.s. ljósrofum, hurðahúnum, lyftuhnöppum, stigahandriðum o.s.frv., gjarnan oftár en daglega. Æskilegt er að þeir sem dvelja í sóttvarnahúsi í sóttkví sjái sjálfir um að loka ruslapokum og mögulega koma þeim í ruslageymslu, en það fer eftir aðstæðum og þarf að huga vel að eigin smitgát þeirra sem handleika úrgang frá herbergjum.

Veiran lifir ekki lengi á yfirborðum og er ekki veruleg smithætta frá endurvinnsluátum o.þ.h. en rétt er að gæta varúðar þegar slíkt er handleikið og huga vel að handhreinsun að verki loknu. Mikilvægt er að fólk sem er í sóttkví hafi aðgang að nægum salernispappír o.þ.h. en ekki ætti að hafa verulegt umframmagn á hverju herbergi þar sem mögulega þarf að farga því ef það mengast ef viðkomandi einstaklingur veikist meðan hann er í sóttkví.

Um takmarkanir á ferðum og athöfnum einstaklinga í sóttkví í sóttvarnahúsi

Sjá einnig [leiðbeiningar fyrir einstaklinga í sóttkví](#).

- Einstaklingur í sóttkví á að halda sig sem mest í sínu herbergi í sóttvarnahúsi og hafa bein samskipti við sem fæsta einstaklinga.
- Einstaklingur í sóttkví má fara út á svalir eða í garð við herbergið/húsið ef slíkt er til einkaafnota fyrir sóttvarnahúsið. Ef aðrir einstaklingar sem dvelja í sóttvarnahúsi eru þar líka þarf sá sem er í sóttkví að halda sig í a.m.k. 1–2 metra fjarlægð. Þetta á líka við þótt þeir sem eru þar með honum séu líka í sóttkví ef ekki er um skylda/tengda einstaklinga að ræða sem deila aðstöðu í sóttkví.
- Einstaklingur í sóttkví má fara í gönguferðir en þarf að halda sig í a.m.k. 1–2 metra fjarlægð frá öðrum vegfarendum. Ef miklir erfiðleikar eru í samskiptum við þann sem er í sóttkví og ekki öruggt að hann skilji eða fari eftir fyrirmælum, s.s. vegna tungumála-erfiðleika eða lítils vilja til samvinnu m.t.t. sóttvarnaráðstafana getur verið að það þurfi að banna slíkt, fyrir húsið í heild eða ákveðna einstaklinga. Einnig geta aðstæður í umhverfi hússins verið slíkar að slíkt sé ekki ráðlegt.
- Einstaklingur í sóttkví má fara út af herbergi með sorp ef aðstæður í sóttvarnahúsi kalla á það, en huga þarf vel að hreinlæti, sinna handhreinsun fyrir og eftir opnun sorprennu/ruslatunnu/ruslageymslu og gjarnan strjúka yfir handföng með 70% spritti eða öðru sótthreinsandi efni eftir snertingu.
- Einstaklingur í sóttkví má **ekki** fara í önnur hús nema brýna nauðsyn beri til, s.s. til að sækja nauðsynlega heilbrigðisþjónustu, þá að höfðu samráði fyrirfram við þá tengiliði hjá heilsugæslu sem bera ábyrgð á viðkomandi sóttkví eða 1700/112 ef erindi er mjög brýnt. Ekki er gert ráð fyrir að einstaklingar í sóttvarnahúsi eigi tíma hjá sérfræðingum/tannlæknum/sjúkraþjálfurum en ef slíkt kemur upp þarf að afpanta og fá nýjan tíma eftir að sóttkví lýkur.
- Einstaklingur í sóttkví má **ekki** nota almenningsgöngur en má nota leigubíla. Ef hann þarf að sækja nauðsynlega heilbrigðisþjónustu má hann nota einkabíl ef hann er ökufær eða aðrir sem eru með honum í sóttkví, annars þarf að fá aðstoð við sjúkraflutninga í gegnum 1700/112.

- Einstaklingur í sóttkví má **ekki** fara til vinnu eða skóla þar sem aðrir eru. Hann getur þurft að fá vottorð þess efnis frá heilsugæslunni. Biðlað hefur verið til vinnuveitenda um að sýna því skilning ef starfsmaður þarf að vera í sóttkví.
- Einstaklingur í sóttkví má **ekki** fara á mannámót, hvort sem þau varða starf hans, fjölskyldu eða félagslíf. T.d. vinnufundur, samkomur vinnufélaga, samkomur stéttarféлага, fermingar, jarðarfari, saumaklúbbar, kóræfingar, tónleikar o.s.frv.
- Einstaklingar í sóttkví mega ekki fara á líkamsræktarstöðvar, sundlaugar, í leikhús, kvikmyndahús, verslunarmiðstöðvar eða aðra staði þar sem margir koma saman.
- Einstaklingar í sóttkví mega ekki fara sjálfir eftir aðföngum, þ. á m. í apótek, matvöruverslun, pósthús, banka eða annað. Meðan hann dvelur í sóttvarnahúsi aðstoðar Rauði krossinn með aðföng, dægradvöl o.þ.h.
- Einstaklingur í sóttkví má **ekki** dvelja **að óþörfu** í sameiginlegum rýmum sóttvarnahúss, s.s. stigagöngum, þvottahúsum eða útivistarsvæðum/görðum sem eru til afnota fyrir aðra en sóttvarnahúsið.
- Einstaklingur í sóttkví má **ekki** taka á móti gestum á herbergi sínu meðan sóttkví stendur yfir, jafnvel ekki öðrum sem dvelja þar í sóttkví.
- Einstaklingar af sama heimili/nátengdir sem voru útsettir fyrir smiti á sama tíma geta verið í sóttkví saman á sama stað, s.s. hjón/fjölskyldur sem þess óska.
- Æskilegast er að aðilar á heimilinu/í fjölskyldunni sem ekki hafa áður verið útsettir fyrir smiti séu ekki á sama stað og einstaklingur sem er í sóttkví.

Við veikindi hjá einstaklingi í sóttkví:

- Sá veiki ætti að dvelja áfram á herbergi þar sem hann var í sóttkví þar til heilbrigðisstarfsmaður gefur fyrirmæli um annað.
- Kallið eftir aðstoð frá heilbrigðisstofnun (heilsugæsla/1700/112 eftir atvikum).
- Útnefna þarf einn starfsmann sem sinnir hinum veika þar til hann fer af staðnum. Öðrum skal beint frá svæði þar sem sá veiki er.
- Allir skjólstaðingar/starfsmenn sem hafa verið í nánnum samskiptum við hinn veika þennan dag þurfa að skrá sig sem tengilið, með nafni, síma, netfangi og kennitölu ef hún er til. Starfsmaður sem sinnir hinum veika eftir að hann veikist þarf að vera sérstaklega tilgreindur. **Skilgreina þarf í hverju sóttvarnahúsi hver heldur listanum til haga fyrir heilbrigðisþjónustu/sóttvarnalækni.** Ekki má gleyma starfsmönnum sem sinna þrifum eftir að sá veiki er farinn af vettvangi.
- Umönnun hins veika þar til viðbragðsaðilar taka við eða hann fer af staðnum:
 - Látið hinum veika í té andlitsgrímu ef slíkt er til og hann þolir að vera með hana. Ef gríma er ekki til eða hann þolir ekki að hafa hana fyrir vitunum þarf að sýna honum hvernig hann skuli bera bréfpurrku fyrir vitin þegar hann hóstar eða hnerrar. Slíkar þurrkur þarf að setja beint í plastpoka eftir notkun og hreinsa svo hendur.
 - Handspritt þarf að vera til staðar á staðnum og ætti hinn veiki að hafa greiðan aðgang að því. Ef handspritt er sameiginlegt með starfsmanni sem sinnir hinum veika ætti það að vera með handfrjálsum skammtara. Ef slíkt er ekki í boði ætti starfsmaður að hjálpa hinum veika við notkun þess, annars þarf að hreinsa dælubúnað fyrir notkun starfsmanns og eftir að hinn veiki er farinn af svæðinu (sjá þrif hér að neðan).

- Tryggið aðgang að sérsalerni fyrir hinn veika ef það er ekki innan herbergis hins veika.
- Útnefndur starfsmaður liðsinnir hinum veika eftir þörfum þar til viðbragðsaðilar taka við.
 - Starfsmaðurinn þarf að hafa mjög greiðan aðgang að handhreinsun.
 - Starfsmaðurinn heldur sig í >1 metra fjarlægð frá hinum veika eins og hægt er. Ef hann þarf að koma nær skal hreinsa hendur vel og nota einnota hanska ef þeir eru fáanlegir. Ef hósti/hnerri er mjög áberandi getur verið gagnlegt að nota andlitsgrímu á starfsmann líka en aðeins ef hann þarf að vera í miklu návígi við hinn veika.

Umgengni við einstaklinga í einangrun

Einstaklingar í einangrun eru skv. skilgreiningu með COVID-19 sjúkdóm og því smitandi. Mikilvægt er að takmarka sem mest umgengni einstaklinga í einangrun við aðra, þ.á m. starfsmenn sóttvarnahúss. Starfsmenn sóttvarnahúss ættu því að:

- Halda sig a.m.k. 2 m frá einstaklingum sem eru í einangrun eftir því sem kostur er nema þeir noti hlífðarbúnað (sjá neðar).
- Notaða vandaða handhreinsun (þvott með sápu eða handspritt) reglulega, sérstaklega eftir að eiga samskipti við einstakling í einangrun, snerta sameiginlega fleti s.s. lyftuhnappa og hurðarhúna, áður en borðað er o.s.frv. Mjög mikilvægt er að nota handspritt eða handþvott áður en starfsmaður kemur við andlit sitt, hvert sem tilefnið er.
- Hanska þarf að nota við óhrein verk en þeir geta veitt falskt öryggi ef þeir eru ekki fjarlægðir strax að því verki loknu. Ekki er viðeigandi eða gagnlegt að bera hanska allan daginn ef hendur eru ekki hreinsaðar reglulega.
- Láta einstaklinga með öndunarfaræinkenni fá andlitsgrímur ef samskipti eru nauðsynleg og setja slíkt upp sjálfir auk hlífðarslopps og hanska ef þeir þurfa að liðsinna veikum einstaklingi, sjá neðar vegna versnandi veikinda hjá einstaklingum í einangrun.

Við almenn þrif sóttvarnahúss þarf að gæta sérstaklega að því að strjúka af helstu sameiginlegu yfirborðum, s.s. ljósrofum, hurðahúnum, lyftuhnöppum, stigahandriðum o.s.frv., gjarnan oftár en daglega. Huga þarf vel að eigin smitgát þeirra sem handleika úrgang frá herbergjum veikra einstaklinga (sjá neðar).

Veiran lifir ekki lengi á yfirborðum og er ekki veruleg smithætta frá endurvinnsluátum o.þ.h. en rétt er að gæta varúðar þegar slíkt er handleikið og huga vel að handhreinsun að verki loknu.

Mikilvægt er að fólk sem er í einangrun hafi aðgang að nægum salernispappír o.þ.h. en ekki ætti að hafa verulegt umframmagn á hverju herbergi þar sem það þarf að farga því ef það skyldi hafa mengast þegar viðkomandi einstaklingur losnar úr einangrun eða fer úr sóttvarnahúsi, t.d. vegna versunar veikinda.

Um viðeigandi takmarkanir á ferðum og athöfnum einstaklinga í einangrun í sóttvarnahúsi

Sjá einnig [leiðbeiningar fyrir einstaklinga í einangrun](#).

- Einstaklingur í einangrun á að halda sig í sínu herbergi í sóttvarnahúsi og hafa bein samskipti við sem fæsta einstaklinga.
- Einstaklingur í einangrun má fara út á svalir ef slíkt er til einkaafnota fyrir herbergi hans.
- Einstaklingur í einangrun má fara út af herbergi með sorp ef aðstæður í sóttvarnahúsi kalla á það og heilsa leyfir, en ætti að vera með andlitsgrímu meðan hann er utan herbergis og huga þarf vel að hreinlæti, sinna handhreinsun fyrir og eftir opnun sorprennu/ruslatunnu/ruslageymslu og gjarnan strjúka yfir handföng með 70% spritti eða öðru sóttþreinsandi efni eftir snertingu.
- Einstaklingur í einangrun má ekki fara í önnur hús nema brýna nauðsyn beri til, s.s. til að sækja nauðsynlega heilbrigðisþjónustu, þá að höfðu samráði fyrirfram við þá tengiliði hjá heilsugæslu sem bera ábyrgð á viðkomandi sóttkví eða 1700/112 ef erindi er mjög brýnt. Ekki er gert ráð fyrir að einstaklingar í sóttvarnahúsi eigi tíma hjá sérfræðingum/tannlæknum/sjúkraþjálfurum en ef slíkt kemur upp þarf að afpanta og fá nýjan tíma eftir að einangrun lýkur.
- Einstaklingur í einangrun í sóttvarnahúsi má ekki nota almenningssamgöngur eða leigubíla. Ef hann þarf að sækja nauðsynlega heilbrigðisþjónustu þarf að fá aðstoð við sjúkraflutninga í gegnum 1700/112.
- Einstaklingur í einangrun má ekki fara til vinnu eða skóla þar sem aðrir eru. Hann getur þurft að fá vottorð þess efnis frá heilsugæslunni.
- Einstaklingur í einangrun má ekki fara á mannamót, hvort sem þau varða starf hans, fjölskyldu eða félagslíf. T.d. vinnufundir, samkomur vinnufélaga, samkomur stéttarféлага, fermingar, jarðarfarir, saumaklúbbar, kóræfingar, tónleikar o.s.frv.
- Einstaklingar í einangrun mega ekki fara á líkamsræktarstöðvar, sundlaugar, í leikhús, kvikmyndahús, verslunarmiðstöðvar eða aðra staði þar sem margir koma saman.
- Einstaklingar í einangrun mega ekki fara sjálfir eftir aðföngum, þ.á m. í apótek, matvöruverslun, pósthús, banka eða annað. Meðan hann dvelur í sóttvarnahúsi aðstoðar Rauði Kross Íslands með aðföng, dægurvöl o.þ.h.
- Einstaklingur í einangrun má ekki dvelja í sameiginlegum rýmum sóttvarnahúss, s.s. stiga-göngum, þvottahúsum eða útivistarsvæðum/görðum sem eru til afnota fyrir aðra en sóttvarnahúsið. Ef hann verður að fara út af herbergi af einhverjum sökum ætti hann að bera veiruhelda andlitsgrímu og gæta vel að handhreinsun og koma við sem fæst yfirborð.
- Einstaklingur í einangrun má ekki taka á móti gestum á herbergi sínu meðan sóttkví stendur yfir, jafnvel ekki öðrum sem dvelja þar í sóttkví eða einangrun.
- Einstaklingar af sama heimili/nátengdir sem eru veikir á sama tíma geta verið í einangrun saman á sama stað, s.s. hjón/fjölskyldur sem þess óska.

Við versnun veikinda hjá einstaklingi í einangrun:

- Sá veiki ætti að dvelja áfram á herbergi sínu í sóttvarnahúsi þar til heilbrigðisstarfsmaður gefur fyrirmæli um annað.
- Kallið eftir aðstoð frá heilbrigðisstofnun (heilsugæsla/1770/112 eftir atvikum).
- Útnefna þarf einn starfsmann sem sinnir hinum veika þar til hann fer af staðnum. Öðrum skal beint frá svæði þar sem sá veiki er.
- Allir starfsmenn sem hafa verið í samskiptum við hinn veika þennan dag þurfa að skrá sig sem tengilið, með nafni, síma, netfangi og kennitölu ef hún er til. Starfsmaður sem sinnir hinum veika meðan beðið er eftir aðstoð þarf að vera sérstaklega tilgreindur. **Skilgreina þarf í hverju sóttvarnahúsi hver heldur listanum til haga fyrir heilbrigðisþjónustu/sóttvarnalækni.** Ekki má gleyma starfsmönnum sem sinna þrifum eftir að sá veiki er farinn af vettvangi.
- Umönnun hins veika þar til viðbragðsaðilar taka við eða hann fer af staðnum:
 - Látið hinum veika í té andlitsgrímu ef slíkt er til og hann þolir að vera með hana. Ef gríma er ekki til eða hann þolir ekki að hafa hana fyrir vitunum þarf að sýna honum hvernig hann skuli bera bréfpurrku fyrir vitin þegar hann hóstar eða hnerrar. Slíkar þurrkur þarf að setja beint í plastpoka eftir notkun og hreinsa svo hendur.
 - Handspritt þarf að vera til staðar á staðnum og ætti hinn veiki að hafa greiðan aðgang að því. Ef handspritt er sameiginlegt með starfsmanni sem sinnir hinum veika ætti það að vera með handfrjálsum skammtara. Ef slíkt er ekki í boði ætti starfsmaður að hjálpa hinum veika við notkun þess, annars þarf að hreinsa dælubúnað fyrir notkun starfsmanns og eftir að hinn veiki er farinn af svæðinu (sjá þrif hér að neðan).
 - Tryggið aðgang að sérsalerni fyrir hinn veika ef það er ekki innan herbergis hins veika.
- Útnefndur starfsmaður liðsinnir hinum veika eftir þörfum þar til viðbragðsaðilar taka við.
 - Starfsmaðurinn þarf að hafa mjög greiðan aðgang að handhreinun.
 - Starfsmaðurinn heldur sig í >1 metra fjarlægð frá hinum veika eins og hægt er. Ef hann þarf að koma nær skal hreinsa hendur vel og nota einnota hanska ef þeir eru fánlegir. Ef hósti/hnerri er mjög áberandi getur verið gagnlegt að nota andlitsgrímu á starfsmann líka en aðeins ef hann þarf að vera í miklu návígi við hinn veika.

Eftirlit með þeim sem komast í návígi við veika

Umdæmis-/svæðislæknir sóttvarna heldur skrá um þá sem voru mögulega útsettir fyrir smiti og miðlar til sóttvarnalæknis. Umdæmis-/svæðislæknir eða fulltrúi hans hjá heilsugæslunni sem ábyrg er fyrir sóttvarnahúsi veitir frekari upplýsingar um smitgát og hegðun til næstu tveggja vikna. Þeir sem tilheyra þessum hópi skulu fylgja [leiðbeiningum um sóttkví](#). Leiðbeiningarnar eru til á ensku [hér](#).

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

Starfsmenn sem eingöngu áttu samskipti í návígi með viðeigandi hlífðarbúnað þurfa almennt ekki að fara í sóttkví, en ættu að gæta sérlega vel að hreinlæti og fylgjast með einkennum. Ef einkenni koma fram þarf viðkomandi að hafa samband við 1700 og viðhafa einangrun þar til COVID-19 sjúkdómur hefur verið útilokaður.

Sóttgreinsun svæðis þar sem veikir hefur dvalið

1. Búnaður við þrif:

- a. Notið einnota hanska, plastsvuntu/hlífðarslopp og einnota tusku þegar hreinsa þarf blóð, ælu eða aðra líkamsvessa frá veikum einstaklingi. Hlífðarbúnað skal setja í plastpoka sem síðan er lokað og sá settur í annan plastpoka ef sá fyrsti getur hafa mengast að utan áður en hann fer í almennt sorp.
- b. Ef fatnaður hefur mengast (hlífðarbúnaður ekki notaður eða lekur) ætti aðili sem þrifur að fara í steypibað og skipta um föt eftir þrifin. Mengaðan fatnað skal setja í plastpoka eða uppleysanlegan línepoka sem svo er lokað. Þvo má mengaðan fatnað á venjulegan hátt en rétt er að nota einnota hanska þegar hann er settur í þvottavél ef ekki er fánlegur uppleysanlegur poki sem má fara beint í þvottavél (sjá um meðhöndlun mengaðs líns hér að neðan).
- c. Notið klút og sóttgreinsunarefni (Virkon, Oxivir, klórblöndu 500–1000 ppm eða etanól/spritt >70%) til að hreinsa yfirborð eftir að sá veiki er farinn af staðnum. Munið eftir sameiginlegum snertiflötum s.s. ljósarofum, hurðarhúnum, vatnskrönum o.þ.h.
- d. Hanskar sem notaðir eru við þrifin eiga að fara í plastpoka og hendur hreinsaðar.

2. Sóttgreinsun og þrif á svæði sem mengað er af smitefni

- a. Þrifa skal svæðið þar sem hinn veiki dvaldi og nánasta umhverfi áður en opnað er fyrir aðgengi að svæðinu á ný.
- b. Ekki má nota þrýstiloft, það getur þyrlað smitefni út í andrúmsloftið.
- c. Hafið tiltækan ruslapoka fyrir einnota þurrkur, notaðan hlífðarbúnað og annan úrgang sem fellur til við þrifin.
- d. Bréfaþurrkur eru notaðar til þess að hreinsa upp sýnileg spilliefni. Skiptið um hanska og hendið þeim ef á þeim sést mengað efni.
- e. **Fyrst er þrifið efst og haldið áfram niður á við.** Byrjið á því að dreifa sápulegi yfir svæðið með bréfaþurrku eða úðara. Þegar allt svæðið hefur verið þakið sápulegi eru bréfaþurrkur notaðar til að þurrka upp og settar í poka. Síðan er allt svæðið þakið pappírþurrkum og vætt í pappírþurrkunum með sóttgreinsefni. Bíðið þann tíma sem leiðbeiningar framleiðanda segja til um og þá eru þurrkurnar fjarlægðar og settar í poka. Að lokum er svæðið skolað með volgu vatni og þurrkað.
- f. Ef teppi, fatnaður eða annað efni er mikið mengað með blóði eða öðrum líkamsvessum kemur til greina að henda því. Pappír og öðrum einnota vörum sem hinn veiki notaði er einnig hent í poka.
- g. Á milli svæða skal skipta um þvottaklúta og þeir settir að verki loknu í poka.
- h. Á salerni/baðherbergi sem hinn veiki notaði skal þrifa sérstaklega eftirfarandi:
 - i. Ljósrofa, hurðarhún og læsingarbúnað
 - ii. Krana og vask
 - iii. Aðliggjandi vegg og borð við vask
 - iv. Baðaðstöðu og blöndunartæki
 - v. Að lokum salernissetuna og umhverfi hennar
- i. Hlífðarbúnaður og hanskar fara að verki loknu í poka sem er lokað áður en honum er hent og eigin smitgát beitt (sjá búnaður við þrif). Athugið að ef smitefni getur hafa mengað ytra byrði ruslapokans er rétt að setja hann í annan hreinan poka sem er lokað áður en honum er hent í almennt sorp.

Meðhöndlun búnaðar sem ekki er einnota

Í sóttvarnahúsi þar sem sjúklingur hefur notað margnota búnað, s.s. lín og borðbúnað skal hafa í huga:

- Þeir sem þrifa og safna saman búnaði til að þvo hann ættu að lesa „Búnaður við þrif“.
- Við söfnun og þvott **lína** sem mögulega er mengað af líkamsvessum:
 - Æskilegt er að nota einnota hanska og hlífðarsvuntur þegar líni er safnað saman.
 - Líni ætti að safna í vatnsuppleysanlegan línþoka.
 - Hlífðarsvunta og hanskar fjarlægðir og sett í þoka til förgunar (sjá kafla um þrif).
 - Hendur hreinsaðar og nýir einnota hanskar settir upp til að loka línþoka.
 - Hanskar fjarlægðir og hendur hreinsaðar.
 - Línþoki er fluttur beint í þvottahús og settur beint í þvottavél. Ef þvottavél er ekki laus strax þarf að gæta þess að engin hætta sé á að þoki verði opnaður fyrir mistök.
 - Hendur hreinsaðar. Þvottavél lokað og þvottur hafinn. Nota má venjulegt þvottaefni og hitastig við þvottinn.
- Við söfnun og þrif **borðbúnaðar og annarra áhald** sem hægt er að þvo upp og notuð hafa verið af einstaklingi sem er með grunaða eða staðfesta COVID-19 sýkingu:
 - Handhreinsun framkvæmd áður en hanskar eru settir upp.
 - Borðbúnaði safnað saman með hanskaklæddum höndum. Ólíklegt er að smitefni ýrist frá borðbúnaði við söfnun hans og ætti því ekki að þurfa svuntu/hlífðarslopp.
 - Ef koma þarf við sameiginleg yfirborð s.s. hurðahúna, lyftuhnappa áður en búnaður kemst í þvott skal fjarlægja hanska og hreinsa hendur áður en slík yfirborð eru snert.
 - Líkur á smiti frá borðbúnaði eru hverfandi NEMA ef búnaður er mengaður með líkamsvessum s.s. hráka eða uppköstum. Undir þeim kringumstæðum ætti að forðast að skola búnaðinn með vatni undir þrýstingi þar sem smitefni gæti ýrst framan í starfsmann við þær aðstæður. Heppilegra er þá að skola með lágþrýstu vatni eða leggja í bleyti ef búnaður er of óhreinn til að fara beint í uppþvottavél.
 - Nota skal einnota hanska þar til búnaður hefur verið settur í uppþvottavél ef hún er til staðar en þá skal fara úr hönskum og hreinsa hendur áður en vél er lokað og hún sett í gang. Ef engin uppþvottavél er til staðar má þvo borðbúnað með uppþvottasápu. Handhreinsun er framkvæmd eftir að uppþvotti lýkur og hanskar hafa verið fjarlægðir.
- Annan **margnota búnað** s.s. sjónvarpsfjarstýringar, sjónvarpstæki, fataskáp o.s.frv. skal þrifa með sápu ef hægt er og svo sótthreinsa yfirborð eins og lýst var á bls. 5.
 - Símaskrá og öðru úr pappír sem er ekki skipt út að jafnaði milli gesta á hótelum o.þ.h. þarf ekki að henda þar sem líftími veirunnar er sennilega mjög stuttur á slíkum yfirborðum (miðað út frá SARS veiru) en ef slíkt er greinilega mengað með líkamsvessum er rétt að farga því.