

## Skimanir á landamærum og heimkomusmitgát vegna COVID-19

Núgildandi reglur gera ráð fyrir að allir sem koma til Íslands frá [áhættusvæðum](#) m.t.t. COVID-19 fari í 14 daga sóttkví eða sýnatöku við landamærin.

Íslenskir ríkisborgarar, þeir sem búa á Íslandi og fjölskyldur þeirra þurfa að velja við komu til landsins að fara í:

- 14 daga sóttkví
- eða
- tvær sýnatökur; þá fyrri á landamærum við komu og þá síðari á vegum heilsugæslunnar eftir 4–6 daga og gæta [heimkomusmitgátar](#) dagana á milli.

Þá þurfa allir sem koma til landsins og dvelja í 10 daga eða lengur að virða heimkomusmitgát og fara í aðra sýnatöku. Þetta á einnig við um þá sem eru að flytja til landsins.

Mælst er til að þeir sem eru þátttakendur í íslensku samfélagi t.d. vegna tengsla, náms eða starfa viðhafi heimkomusmitgát og fari í aðra sýnatöku þó þeir séu e.t.v. ekki boðaðir sjálfkrafa (sbr. skilyrði að ofan).

### Síðari sýnatöku eftir landamæraskimun er gjaldfrjáls.

Fyrir þá sem koma hingað til vinnu er mælt með að flýta komu eða seinka upphafi vinnu um 4–6 daga til að hægt sé að virða heimkomusmitgát þangað til síðari sýnatöku fer fram.

Á milli fyrri og síðari sýnatöku þarf að fylgja reglum um heimkomusmitgát. Ef síðara sýnið er neikvætt losnar viðkomandi undan heimkomusmitgát. Bæklingi um heimkomusmitgát verður dreift til komufarþega á landamærum. Ef fyrri sýnið er hins vegar jákvætt fer viðkomandi í [einangrun](#) og frekari rannsóknir skv. leiðbeiningum.

[Heimkomusmitgát](#) er mildara form af sóttkví en felur í sér að viðkomandi á að halda sér til hlés og ekki vera innan um fleiri en nauðsyn krefur. **Viðhafa þarf eftirfarandi:**

- Ekki fara í vinnu, á mannamót eða í veislur þar sem fleiri en tíu manns eru saman komnir. Á einnig við um heilsuræktar- og sundstaði sem og veitingastaði.
- Forðast samneyti við [fólk sem er í aukinni áhættu](#) fyrir alvarlegri veikindum vegna COVID-19.
- Gæta að tveggja metra reglunni í samskiptum við aðra.
- Heilsa ekki með handabandi og forðast faðmlög.
- Huga vel að einstaklingsbundnum sóttvörnum (handhreinsun, forðast óþarfa snertingu við andlit sitt og alla snertingu við andlit annarra, almennt hreinlæti og þrif á heimili, sérstaklega þar sem aðrir búa líka).

Ef hugað er vel að einstaklingsbundnum sóttvörnum:

- Má nota almenningssamgöngur til að komast á áfangastað.
- Má fara í göngu- og bíltúra.
- Má fara í búðarferðir eftir nauðsynjum.
- Má hitta vini og kunningja með ofangreindum takmörkunum.

### Síðari sýnataka:

- a) Einstaklingar sem velja skimun á landamærum og þurfa að viðhafa heimkomusmitgát verða sjálfvirkt merktir í gagnagrunn sóttvarnalæknis fyrir síðari sýnatöku ef eftirfarandi á við:
- íslensk kennitala, íslenskt ríkisfang, búseta á Íslandi og allir sem dvelja hér í 10 daga eða lengur skv. forskráningu.
    - Þessir einstaklingar fá tölvupóst um boð í síðari sýnatöku þegar fyrri sýnataka er neikvæð.
- b) Einstaklingar sem velja skimun á landamærum og mælst er til að viðhafi heimkomusmitgát og fari í aðra sýnatöku (þó þeir fái e.t.v. ekki sjálfkrafa boðun):
- Þeir sem koma til landsins til náms eða starfa.
  - Þeir sem hafa víðfeðmt tengslanet eða eru þátttakendur í íslensku samfélagi á annan hátt (t.d. fjölskyldumeðlimir einstaklinga sem eru búsettir á Íslandi).
  - Farþegar Norrænu sem hafa neikvæða niðurstöðu á veiruprófi frá Danmörku en hafa dvalið á áhættusvæði innan 14 daga frá komu eða þeir telja að ofangreint eigi við þá.

### Ekki verður tekið gjald fyrir síðari sýnatöku hjá þessum aðilum.

Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins (HH) hefur yfirumsjón með sýnatöku og vinnur með heilsugæslu á landsbyggðinni.

Í Reykjavík er sýnataka að **Suðurlandsbraut 34, 108 Reykjavík, jarðhæð, á milli kl. 8:30 og 15:00 mánudag til föstudags** og milli kl 12:00 og 15:00 um helgar (hátiðisdaga). Sýna þarf skilríki og strikamerki. Strikamerki er tengt fyrri sýnatöku og er í tölvupósti hjá þeim sem eru sjálfvirkt skráðir en aðrir eru skráðir á staðnum og fá þannig nýtt strikamerki.

Á **landsbyggðinni** þarf að bóka tíma á [viðeigandi heilsugæslustöð](#) en eftirfarandi stöðvar gera landamæraskipanir og geta skráð einstaklinga í síðari sýnatöku. Athugið að heilsugæslan er opin á milli 8:00 og 16:00 mánudag til föstudags en ekki um helgar:

- **Akureyri:** HSN, er opið að Strandgötu 31, Akureyri, milli 13:00 og 15:00 mánudag til föstudags. Ekki þarf að panta tíma ef þú ert með strikamerki fyrir síðari sýnatöku.
- **Suðurnes:** HSS, Skólavegi 6, 230 Reykjanesbæ. Sími: 422 0500
- **Selfoss:** HSU, v/Árveg, 800 Selfoss. Sími: 432 2000
- **Vestmannaeyjar:** HSU, Sóhlíð 10, 900 Vestmannaeyjar. Sími: 432 2500
- **Höfn í Hornafirði:** HSU, Víkurbraut 26-31, 780 Höfn. Sími: 470 8600
- **Egilsstaðir:** HSA, Laugarás 17-19, 700 Egilsstaðir. Sími: 470 3000
- **Akureyri:** HSN, Hafnarstræti 99, 600 Akureyri. Sími: 432 4600 – sjá að ofan einnig.
- **Ísafjörður:** HVEST, Torfnesi, 400 Ísafjörður. Sími: 450 4500
- **Borgarnes:** HVE, Borgarbraut 65, 310 Borgarnes. Sími: 432 1430
- **Stykkishólmur:** HVE, Austurgötu 7, 340 Stykkishólmur. Sími: 432 1200

Yfirumsjón með sýnatöku á vegum HH hafa:

Jórlaug Heimisdóttir, [Jorlaug.Heimisdottir@heilsugaeslan.is](mailto:Jorlaug.Heimisdottir@heilsugaeslan.is)

Ragnheiður Ósk Erlendsdóttir, [ragnheidur.osk.erlendsdottir@heilsugaeslan.is](mailto:ragnheidur.osk.erlendsdottir@heilsugaeslan.is)

Agnar Darri Sverrisson, [Agnar.Darri.Sverrisson@heilsugaeslan.is](mailto:Agnar.Darri.Sverrisson@heilsugaeslan.is)

Ef síðara sýni er neikvætt (engin merki um veiru) þá losnar viðkomandi úr heimkomusmitgát. Ef ekkert svar berst innan 24 klst þá er sýni neikvætt. Jákvæð niðurstaða (veira finnst) er tilkynnt símleiðis og viðkomandi þarf þá að fara í einangrun og frekari rannsóknir.

Sýni eru send á sýkla- og veirufræðideild Landspítala, Ármúla 1a. Verkefnastjóri þar er Guðrún Björg Sigurbjörnsdóttir [gudrbsig@landspitali.is](mailto:gudrbsig@landspitali.is)

Mikilvægt er að mæta í sýnatöku á boðuðum degi. **Smitrakningateymi almannavarna mun hafa samband við þá sem mæta ekki eftir ítrekun.**