

Sóttvarnaráðstafanir eftir niðurfellingu skimunar á landamærum vegna COVID-19 fyrir fullbólusetta

Leiðbeiningar til stofnana og fyrirtækja sem sinna
ómissandi innviðastarfsemi

- Gæta vel að hreinlæti, þvo hendur reglulega með sápu og nota handspritt.
- Forðast snertingu við augu, nef og munn.
- Hósta og hnerra í krepptan olnboga eða í pappír þegar um kvafeinkenni er að ræða.
- Forðist náið samneyti við einstaklinga með hósta, almenn kvafeinkenni, uppköst og niðurgang.
- Sýna aðgát í umgengni við algenga snertifleti á fjölförnum stöðum, s.s. handrið, lyftuhnappa, snertiskjái, greiðsluposa og hurðarhúna.
- Heilsa frekar með brosi en handabandi eða faðmlagi.

20. júlí 2021

Efnisyfirlit

1. Tílefni og tilgangur leiðbeininganna	3
2. Leiðbeiningar vegna starfsmanna og ráðgefandi sérfræðinga sem verið hafa á áhættusvæði	3
3. Leiðbeiningar vegna almennings sem sækir þjónustu til sjúkrastofnana/innviðafyrirtækja	4
4. Leiðbeiningar vegna gesta	4
5. Grundvallarsmitgát.....	5
6. Gátlisti starfsmanna	5
7. Ábyrgð starfsmanna sem dvalið hafa á áhættusvæði	5
8. COVID-19 smit á vinnustað.....	6

1. Tilefni og tilgangur leiðbeininganna

Frá og með 1. júlí 2021 eru þeir sem koma fullbólusettil til landsins frá [áhættusvæðum](#) ekki lengur skimaðir m.t.t. COVID-19 á landamærum. Þeir sem eru ekki komnir með fulla virkni bólusetningar fara í eina skimun við heimkomuna. Áfram geta þeir sem fengið hafa COVID-19 sjúkdóm komið til landsins án sýnatöku þótt mælt sé með að einstaklingar með sögu um COVID-19 fái bólusetningu.

Athugið að áfram er lagt mat á þörf fyrir sóttkví vegna tengsla við tilfelli í hverju tilviki fyrir sig og geta bólusettil því þurft að fara í 7 daga sóttkví vegna tengsla við tilfelli. Einstaklingar sem greinast með virkt COVID-19 smit eftir bólusetningu fara í einangrun og eru reglur um einangrun þeirra í engu frábrugðnar einangrun óbólusettra með COVID-19.

Bólusetning er fyrst og fremst öflug vörn gegn alvarlegum veikindum vegna COVID-19 en dregur ekki nema að hluta til úr hættu á að smitast ef smit eru í nærumhverfi. Því er hugsanlegt að upp komi smit meðal bólusettra í kjölfar þess að slakað er á kröfum um sýnatöku og sóttkví eftir ferðalög frá áhættusvæðum. Þá verður þörf fyrir einangrun þess smitaða og e.t.v. sóttkví heimilisfólks, nánna samstarfsmanna o.fl. nánna tengiliða. Uppákomur af þessu tagi í heilbrigðiskerfinu eða annarri innviðastarfsemi geta verið ógn við starfsemi sem öll þjóðin treystir á að gangi snurðulaust fyrir sig.

Eindregið er mælt með því að stofnanir og fyrirtæki sem hafa verið skilgreind sem veitendur ómissandi innviðaþjónustu, s.s. heilbrigðisstofnanir, orku- og veitufyrirtæki, matvælaframleiðendur o.s.frv. og aðilar sem sinna þjónustu við áhættuhópa, s.s. aldraða, **beiti áfram sérstökum sóttvarnaráðstöfunum á sínum starfsstöðvum** eftir ferðir starfsmanna erlendis frá, þegar sérfræðingar koma til starfa erlendis frá eða gestir/skjólstaðingar koma á vinnustaðinn/stofnunina skömmu eftir ferð frá áhættusvæði. Öðrum fyrirtækjum og stofnunum er einnig heimilt að nota þessar leiðbeiningar.

Eindregið er mælt til að þeir sem koma inn í landið hlaði niður í síma sína appinu Rakning C-19 og hafi það virkt í símunum meðan dvalið er hér á landi. Það getur hjálpað til við rakningu smits.

2. Leiðbeiningar vegna starfsmanna og ráðgefandi sérfræðinga sem verið hafa á áhættusvæði

1. **Fullbólusettil** og meira en 2 vikur frá síðasta skammti: engin sýnataka, engin sóttkví við komu.
2. Fullbólusettil en **ekki eru liðnar 2 vikur** frá fullri bólusetningu: ein sýnataka við komu, sóttkví þar til niðurstaða berst.
 - a) Sýnataka við komu **jákvæð**. Covid göngudeild Landspítala mun þá hafa samband við viðkomandi og boða í frekara mat og setja í einangrun. Að loknu mati göngudeildarinnar er tekin ákvörðun um hvort viðkomandi er talinn smitandi (með nýja COVID-19 sýkingu) eða ekki (nýlega yfirstaðin sýking) og þar með hvort einangrun heldur áfram eða ekki.
3. Sýnataka við komu **neikvæð**: Viðkomandi er laus undan opinberum sóttvarnaráðstöfunum.

4. Óbólusettingar/hálfbólusettingar: sýnataka við komu og eftir 5 daga með **sóttkví** á milli. Hægt er að sækja um vinnusóttkví í bráðnauðsynlegum tilvikum, en viðkomandi má ekki hefja störf fyrir en niðurstaða úr fyrri sýnatöku er neikvæð, sjá reglur og [leiðbeiningar um vinnusóttkví](#).

Þótt slakað sé á opinberri kröfu um sýnatöku og sóttkví skv. liðum 1. og 2. hér að ofan **er mælt með** frekari varúðarráðstöfunum þar sem vinnustaður er annarsvegar

- Notast má við ráðstafanir sem hafa tíðkast í sóttkví C skv. reglum hvernar stofnunar/fyrirtækis. T.d. kemur til greina að starfsmenn sem snúa til starfa eftir ferðir erlendis noti andlitsgrímu við störf í u.þ.b. 7 daga eftir komu til landsins og að stofnun/fyrirtæki standi fyrir eða [greiði fyrir sýnatöku](#) þótt starfsmaður sé einkennalaus 5 dögum eftir komuna til landsins.
- Einkennasýnataka er áfram í boði án endurgjalds í gegnum Heilsuveru eða heilsugæslu. Starfsmaður með einkenni ætti ekki að vera við störf innan um viðkvæma einstaklinga meðan heimsfaraldur stendur þótt sýnataka sýni ekki fram á COVID-19 smit.
- Ef vinnustaður óskar eftir því að starfsmaður sé alfarið frá störfum þar til seinni sýnatöku/sóttkví hefði annars verið lokið þarf stofnun/fyrirtæki að skoða hver ber kostnað af þeirri ráðstöfun þegar hún er ekki að kröfu heilbrigðisyfirvalda.

3. Leiðbeiningar vegna almennings sem sækir þjónustu til sjúkrastofnana/innviðafyrirtækja

Mælt er með að spurt sé um ferðasögu og einkenni COVID-19 þegar einstaklingur óskar eftir þjónustu ef sérstakar reglur um sóttvarnir gilda innan stofnunar. Ef um bókaða tíma er að ræða er rétt að slíkt sé gert **áður** en viðkomandi sækir stofnun/fyrirtæki heim. Einnig má setja upp veggspjöld við innganga og/eða spyrja viðkomandi um ferðasögu og einkenni þegar hann sækir þjónustuna. Athugið að varúðarráðstafanir vegna COVID-19 ættu ekki að tefja neyðarþjónustu.

4. Leiðbeiningar vegna gesta

- Mælt er með að stofnanir setji reglur um heimsóknir sem tryggja eins og kostur er að:
 - Bein samskipti starfsmanna við gesti sem mögulegt er að hafi nýlega ferðast frá áhættusvæði séu sem minnst.
 - Ekki sé hætt á að gestir sem nýlega hafa ferðast frá áhættusvæði blandist að óþörfu við aðra gesti, viðskiptavini eða skjólstaðinga sem ekki er kunnugt um ferðasöguna.

Í þessu felst að hugsanlegt er að í sumum tilvikum verði gestir beðnir um að heimsækja **ekki** ákveðnar stofnanir og fyrirtæki innan 7-14 daga frá komu til landsins frá áhættusvæði.

- Mælt er með að einstaklingar sem ferðast frá [áhættusvæðum](#) og komast hjá sýnatöku og sóttkví á landamærum heimsæki **ekki** öldrunarstofnanir eða sjúkrastofnanir nema að undangengnu samráði við viðkomandi stofnun og þá mögulega með sérstökum varúðarráðstöfunum s.s. notkun hlífðarbúnaðar.

5. Grundvallarsmitgát

Ávallt skal viðhafa [grundvallarsmitgát](#) gagnvart fólki, hvort sem það virðist veikt eða ekki.

Í grundvallarsmitgát felst m.a. eftirfarandi:

- Almenn handhreinsun, þ.e. handþvottur og/eða notkun handspritts eftir snertingu við mengað yfirborð.
- Sýna varúð við hósta eða hnerra og hreinsa hendur ef hendur gætu hafa mengast af dropum.
- Greiður aðgangur að einnota hlífðarhönskum eða vinnuhönskum eftir atvikum og eðli starfs. Hreinsa skal hendur eftir notkun þeirra.
- Notið hreinan búnað og hrein áhöld fyrir hvern og einn, rjúfið smitleiðir.
- Vera með einnota hlífðarhanska, plastsvuntu og einnota tusku þegar hreinsa þarf blóð, ælu eða aðra líkamsvessa. Einnota búnaður er settur í poka sem fer í almennt sorp eftir notkun.

6. Gátlisti starfsmanna

Þegar hluti starfsliðs hefur verið á hættusvæði innan 7-14 daga ættu allir starfsmenn að:

- Efla sýkingavarnir með góðu hreinlæti og beita grundvallarsmitgát öllum stundum.
- Þekkja einkenni COVID-19 sýkingar og smitleiðir veirunnar:
 - **Helstu einkenni:** Hiti >38°C, hósti, mæði, verkir (höfuð-, vöðva-, bein-) og slappleiki, sumir fá vægari kvefeinkenni, hálssærindi eða taka eftir breytingum á bragð- og lyktarskyni. Við smit af Delta afbrigði veirunnar ber meira á niðurgangi og uppköstum.
 - **Smitleiðir:** Dropasmit frá öndunarfærum og snertismit ef dropar hafa mengað hendur eða yfirborð sem aðrir snerta.
- Kynna sér og virða reglum sem gilda á vinnustaðnum fyrir starfsmenn, skjólstæðinga, viðskiptavinum eða gesti sem hafa dvalið á áhættusvæði nýlega.
- Upplýsa næsta yfirmann ef grunur vaknar um COVID-19 á vinnustað.
- Vera reiðubúinn að sinna samstarfsmanni, skjólstæðingi eða gesti með einkenni COVID-19 með viðeigandi varúðarráðstöfunum. Sjá nánar fyrir [heilbrigðisstarfsmenn](#) og [aðra aðila](#).

7. Ábyrgð starfsmanna sem dvalið hafa á áhættusvæði

Starfsmenn sem dvalið hafa á áhættusvæði en komast hjá formlegri skimun og sóttkví vegna bólusetningar eða starfa í sóttkví þurfa að fylgjast með einkennum skv. eftirtöldu í a.m.k. 7 daga:

- Hiti >38°C [ath! ef eiginleg sóttkví á vinnustað er mælt með a.m.k. daglegri hitamælingu].
- Kvef eða hálssærindi, skyndileg breyting á lyktar- eða bragðskyni.
- Nýtilkominn hósti eða mæði.
- Þreyta, vöðva- eða beinverkir, höfuðverkur.
- Niðurgangur og uppköst.

Ef einkenni koma fram skal draga sig í hlé eða fara heim ef við störf, láta yfirmann vita af einkennum og biðja um einkennasýnatöku í gegnum Heilsuveru eða heilsugæslu.

8. COVID-19 smit á vinnustað

Ef upp kemur staðfest smit hjá starfsmanni fer af stað rakningarferli á vinnustað á vegum rakningateymis. Hreinlætisreglur sem settar hafa verið á vinnustaðnum s.s. sérsalerni fyrir þá sem hafa dvalið á [áhættusvæði](#), umgengnistakmarkanir s.s. hópaskipting starfsmanna og mögulega notkun hlífðarbúnaðar s.s. andlitsgríma geta dregið úr smithættu til annarra starfsmanna og skjólstæðinga eða viðskiptavina. Notkun rakningarapps getur hjálpað til við að meta hverjir þurfa raunverulega að fara í sóttkví við slíkar aðstæður.

Fyrirtæki og stofnanir sem sinna ómissandi innviðastarfsemi hafa möguleika á að sækja um vinnusóttkví þrátt fyrir tengsl við tilfelli en **hætta á hópsýkingu sem getur haft veruleg áhrif á starfsemina eykst við þær aðstæður.**

Sjá [leiðbeiningar um sýkingavarnir og þrif](#). Þær leiðbeiningar eru til á [ensku](#) og [fleiri tungumálum](#).