

15.09.20 Spørsmål og svar om koronasituasjonen i Kviteseid

Situasjonen endrar seg fort, og det er vanskeleg å halde oversikt over dei konkrete lovar og regler for koronaførebyggjande arbeid til ei kvar tid. Her har eg, basert på dei mange spørsmål eg får, prøvd å lage ei oversikt over det som er reglane nå. Dette kan endrast fort igjen.

Eg fekk spørsmålet då eg møtte i kommunestyret 03.09.20 om kvifor Kviteseid kommune var strengare enn andre kommunar. Det vart sitert reglar gjeldane i ein annan kommune, eg veit ikkje kva for ein kommune. I ettertid har eg funnet ut at reglane som vart sitert var reglane som skulle starte å gjelde frå og med 04.09.20. Eg hadde i forkant av kommunestyremøtet skrive eit brev til foreldre i skule og barnehage. Brevet skreiv eg 27.08.20, basert på forskriftene frå 11.08.20. Desse forskriftene vart endra 28.08.20. Då brevet kom til føresette 03.09.20, var det allereie endringar i forskriftene. Og nye endringar skulle også komme dagen etterpå.

I ettertid av kommunestyremøtet 03.09.20 har eg tenkt på om vi har vore strenge i Kviteseid. Eg er glad for at vi klarer å vere strenge slik at vi ikkje får unødvendig smittespreiing. Eg ynskjer ikkje å vere strengare enn naudsynt, men eg er glad for at reglane har vore så klare at det blir oppfatta som strengt. Det gjer det tryggare for dei som treng at det er strengt. Denne oppsummeringa av spørsmål og svar er basert på slik eg har klart å finne at reglane er 14.09.20. Det ei naste som er sikkert er at reglane vil endre seg. Vi må ta endringane og utfordringane som følgjer dei med godt pågangsmot og eit smil om munnen. Dersom det kjem vesentlege endringar i reglane, vil det som står her bli justert.

Vi har her i Kviteseid kommune, enn så lenge, klart å halde oss unna smittetilfella. Det har vore noko flaks, men også på bakgrunn av innsatsen til alle innbyggjarane og arbeidstakarane i kommunen. Vi har stort sett vore flinke til å halde reglar og forskrift, men vi må ikkje sjå bort frå at det også er flaks som gjer at vi ikkje har smitte. Viktig å ha det med i arbeidet vidare når vi skal hindre smittespreiing. Får vi smitte til kommunen, så er det nokon som har vore uheldige. Det er ikkje skam å få korona, men det er mykje arbeid for alle partar. Vi jobbar i fellesskap for ikkje å få det.

Her er viktige nettadresser kor eg har henta ut informasjonen som er presentert i spørsmåla og svara eg har skrive under, for dei som vil lese meir sjølv:

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/>

<https://www.helsedirektoratet.no/>

<https://www.udir.no/kvalitet-og-kompetanse/sikkerhet-og-beredskap/informasjon-om-koronaviruset/>

Når skal ein vere heime frå jobb, skule og barnehage?

- Alle med feber eller symptom på nyoppstått luftvegsinfeksjon skal halde seg heime
- Også dei som har omgangssjuka skal halde seg heime
- Det er ikkje naudsynt å bli sett til av lege sjølv om du skal halde deg heime frå jobb, skule og barnehage. Det er forskjell på å ha symptom og det å vere sjuk og i redusert allmenntilstand.

Kva er luftvegsinfeksjon?

- Hoste
- Sår hals
- Snørr
- Vondt å svelge

Når skal ein ta koronatest?

- Alle som IKKJE er helsearbeidarar tar ein test etter at symptoma har vart i 48 timar. Årsaka til at ein er anbefalt å vente i 48 timer er at det går tid frå ein er smitta av Covid-19 til det kan sporast på prøva.
- Dersom du er helsearbeidar skal du ta test når du får symptom. Du skal med andre ord ikkje vente i 48 timar. Målet med denne prøva er å raskt kome i gang med smittesporing av sårbare grupper, dersom prøva skulle vise seg å vere positiv. Dersom denne første prøva er negativ, og du fortsatt har symptom etter 2 døgn skal du gjenta prøva, på same måte som alle andre.
- Dersom du blir heilt frisk frå luftvegsplagene i løpet av dei fyrste 48 timane, så skal du ikkje ta koronatest. Vi bruker ikkje testkapasitet til å teste dei som blir friske av seg sjølv i løpet av så kort tid. Hugs at dei fleste har ordinære infeksjonar og ikkje korona.

Finst det unntak frå kravet om å ta koronatest?

- Alle i barnehage og barneskule som har snørr som EINASTE symptom på at dei er sjuke slepp å ta test.
- Her er det eit krav at barnet ikkje har hoste, feber eller redusert allmenntilstand. Barnet må vere like aktivt i leik og ikkje vere sutrete eller ha andre teikn på at allmenntilstanden er redusert.
- Desse barna kan få lov til å dra i skule og barnehage, men dersom læraren eller barnehagepersonalet oppdagar teikn til redusert form, så skal barnet heim att. Eg oppmodar difor alle foreldre til å ta ei god vurdering av barnet om morgonen.

Korleis skal ein få bestilt avtale for å få seg ein test, og korleis blir testen utført?

- Alle som bur i eller oppheld seg i Kviteseid kommune kan bli testa på Kviteseid legekontor.
- Ring legekantoret på tlf. 350 68 250 og informer om kven du er, kva slags symptom du har og kor lenge du har hatt symptom. Legekantoret må førebu prøveglas og prøveskjema før prøvetaking.
- Prøvene blir tatt kl. 11. Alle sit i sin bil og køyrer forbi ambulanseinngangen i tur og orden.
- Prøva blir tatt av medarbeidarane på legekantoret med ein bomullspinne som førast bak i svelget og inn i nesa.

Kor lang tid tek det før ein får svar og korleis får ein greie på svaret sitt?

- Normalt tek det litt over 1 døgn, men dersom det er stor mengde prøver som skal analyserast den dagen så vil det kunne ta lengre tid. Prøvesvara er stort sett klare ca. kl. 15 dagen etter at dei er tekne.
- Alle med norsk personnummer kan få svaret ut sjølv på «helsenorge.no». Du får ut svar på deg sjølv og på barn under 16 år. Dei som er over 16 år, må sjølv logge inn på helsenorge.no. Vi får ikkje prøvesvar raskare på legekantoret enn det du kan finne på «helsenorge.no». Du treng difor ikkje ringe til legekantoret for å etterlyse prøvesvar.
- Dei som ikkje har norsk personnummer vil kunne få ut prøvesvaret på legekantoret. Fosterforeldre får heller ikkje svaret til fosterbarna sine på «helsenorge.no». Dei kan difor også ringe legekantoret for å få prøvesvar.

Kven eri karantene, og kva for konsekvensar får det at du er i karantene?

- Så lenge du har luftvegsinfeksjon så er du i karantene.

- Medan du ventar på svar på koronaprøva, er du i karantene.
- Dine familiemedlem / husstandsmedlem er, så sant dei ikkje sjølv har symptom, ikkje i karantene.
- Ein som er i karantene får ikkje vere saman med andre enn dei som er i same husstand. Ein har lov til å gå seg ein luftetur, dersom ein er heilt aleine og ikkje har kontakt med andre. Ein har ikkje lov til å reise med offentleg transport. Ein har lov til å gjere heilt naudsynt handling av matvarer og apotekvarer dersom ein ikkje har nokon som kan gjere det for seg. Eg vil oppmode alle om å få folk til å hjelpe seg. Vi må alle jobbe for å redusere alle former for luftvegsinfeksjon, ikkje berre redusere førekomst av Covid-19.

Når kan ein gå tilbake til jobb, skule og barnehage?

- Dersom ein blir frisk før det er gått 48 timar, treng ein ikkje ta koronatest. Ein kan då gå tilbake til jobb utan prøve.
- Dersom ein er sjuk i 48 timar eller meir, så skal ein ta koronatest. Medan ein ventar på prøvesvaret kan ein ikkje gå tilbake til jobb. Når ein har fått svar på ein koronatest som er tatt 48 timer etter at symptoma starta, og testresultatet er negativt, kan ein vende tilbake til jobb, skule og barnehage når ein kjenner seg frisk. Dette gjeld også sjølv om det fortsatt er det ein kan kalle lette restsymptom. Ein kan med andre ord tilbake på jobb dersom ein har ei negativ koronaprøve og kjenner seg frisk og kjenner at allmenntilstanden er bra, sjølv om ein har restsymptom med lett hoste, snørr eller sår hals. Dersom ein har feber eller ikkje har god allmenntilstand så kan ein ikkje møte på jobb, skule eller barnehage.
- Hugs at dersom du blir frisk medan du ventar på prøvesvaret skal du likevel ikkje tilbake til jobben før du veit at prøva var negativ for korona.

Kva er god allmenntilstand?

- Den beste til å svare på det er den sjuke sjølv. Ein veit sjølv kva som er vanleg for seg sjølv.
- Ein skal orke å vere i normal aktivitet og ikkje vere trøtt og irritabel av normal aktivitet og leik.

Kva skjer dersom ei koronaprøve er positiv?

- Laboratoriet ringer kommuneoverlegen med ein gong ei positiv prøve blir oppdaga i kommunen.
- Kommunen sitt smittesporingsteam vil straks starte arbeidet med å finne nærkontaktar og moglege smittekjelder. Vi vil derfor ta kontakt med både den som har fått positivt prøvesvar og personar som har vore i kontakt med denne personen.
- Den som får positiv prøve går frå å vere i karantene til å vere i isolasjon. Nærkontaktar og husstandsmedlem vil bli kontakta og bli satt i karantene.
- Nærkontaktar og husstandsmedlem vil bli koronatesta.
- Dersom ein av skulane eller barnehagane er involvert i den aktuelle smittesituasjonen, så vert melding sendt ut til dei det gjeld så snart det er mogleg.
- Dersom ein av kommunen sien omsorgstenestar er ramma, så må dette resultere i besøksrestriksjonar og andre tiltak.

Kva betyr det å være i isolasjon?

- Du skal ikkje ha kontakt med andre, hald deg heime.
- Har heller ikkje lov til å handle nødvendige varer sjølv. Må få hjelp til dette.
- Ikkje ha kontakt med dei du bur saman med. Ikkje del bad med andre.

- Det skal vere ei klar avtale om vidare oppfølging mellom lege og den som er i isolasjon.

Helsing

Anne Ruth Syrtveit Mikalsen
Kommuneoverlege i Kviteseid