

Covid-19 - Smittspårningssamtal, information, förhållningsregler samt förteckning över hushålls- och närkontakter

Gäller för: Hälso- och sjukvård

Detta är en smittspårningshandling. **Skickas via internpost till Smittskydd Värmland** efter genomfört smittspårningssamtal. Ska inte skannas in.

Namn

Personnummer

Bostadsadress

Ort

Telefonnummer

E-postadress

Smittspårning ska göras från 48 timmar före symtomdebut. Om den smittade är asymtomatisk sker smittspårning från provtagningsdatum.

Smittsam fas räknas från 48 timmar före symtomdebut till minst två (2) dygns feberfrihet och allmän förbättring samt minst sju (7) dagar har gått sedan symtomdebut.

Inkubationstid: 14 dagar från misstänkt smittotillfälle, räknas från index provtagningsdatum.

Smittskyddsblad: Ges ut av Smittskyddsläkarföreningen, för epidemiologisk handläggning av de viktigaste sjukdomarna i smittskyddslagen.

Den smittade är enligt smittskyddslagen skyldig att medverka till smittspårning.

Smittspårare namn, arbetsplats och datum:

Namn och relation på uppgiftslämnare om annan än index: _____

Barn till och med 12 år – vårdnadshavare ska intervjuas och informeras.

Ungdomar 13-18 år – ungdomen intervjuas och informeras. Efter individuell bedömning får smittspårare avgöra om information och förhållningsregler ska ges även till vårdnadshavare.

Provtagen via:

- Egenprovtagning (1177.se)
- Klinisk provtagning i öppenvård
- Klinisk provtagning i slutenvård
- Personalprovtagning

Insjukningsdatum: _____

Provtagningsdatum: _____

Diagnosdatum: _____

Provtagningsorsak (skrivs i klinisk anmälan):

- Smittspårning/kontaktspårning (provtagning av asymtomatisk person i smittspårningssyfte)
- Utredning av sjukdomssymtom
- Annan orsak _____

t.ex. rutinmässig provtagning vid inflyttning till kommunalt särskilt boende eller växelvård.

Kommunal vård och omsorg?
 Hemtjänst i ordinärt boende, namn på hemtjänstgrupp _____

 Särskilt boende/korttidsboende, namn på boende _____

Information och förhållningsregler till index utifrån smittskyddsblad

*Förhållningsregler gäller tills index är smittfriförklarad, det vill säga **minst sju (7) dagar** sedan symtomdebut samt minst två dygns feberfrihet och allmän förbättring. Andra regler gäller för sjukhusvårdade personer samt personer i särskilt boende för äldre/korttidsvård. För asymtomatiska personer gäller förhållningsregler sju dagar från provtagningsdatum.*

- Ska inte träffa andra människor förutom dem i det egna hushållet.
- Ska stanna hemma från arbete och skola.
- Ska informera om smittan till hushållskontakter.
- Ska inte delta i fritidsaktiviteter som innebär kontakt med andra.
- Ska inte resa med allmänna kommunikationsmedel.
- Kan vistas utomhus så länge man håller avstånd till andra personer.
- Uppmana till noggrann handhygien och att hosta och nysa i armvecket eller i pappersnäsduk.
- Ska berätta att man har covid-19 vid kontakt med vård och omsorg inklusive hemtjänst.

Var, när och av vem tror du att du blev smittad? Plats, tillfälle och datum under inkubationstiden:	<i>Om index träffat positivt covid-19-fall under inkubationstiden, anteckna namn.</i>	
Var har du vistats under inkubationstiden?		
Har du vaccinerats mot covid-19?	<input type="checkbox"/> Ja Hur många doser? _____ Datum, senaste dos: _____	<input type="checkbox"/> Nej
Vilka är dina hushållskontakter?	Hushållskontakter är de personer som den smittade har delat boende med någon gång under smittsam fas. <i>Uppgifter om hushållskontakter dokumenteras i lista "Covid-19 – Förteckning över hushållskontakter". Viktigt att alla uppgifter på listan fylls i! Hushållskontakter ska kontaktas av smittspårare och ska ha individuellt utformade förhållningsregler enligt smittskyddslagen.</i>	
Om index är barn/ungdom: Har barnet/ungdomen varit på skola/förskola under inkubationstiden?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej
Har barnet/ungdomen varit på skola/förskola under smittsam fas?	<input type="checkbox"/> Ja Meddela sjukdom till skolsköterska (i första hand) eller rektor om barnet/ungdomen har varit på skolan under smittsam fas.	<input type="checkbox"/> Nej
Namn på skola/förskola		
Klassbeteckning		
Arbetsplats/yrke /studerande		
Har du varit på arbetsplatsen under inkubationstiden?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nej

Har du varit på arbetsplatsen under smittsam fas?	<input type="checkbox"/> Ja Meddela din sjukdom till närmaste chef om du har varit på arbetsplatsen under smittsamsperioden. Uppgifter om närkontakter dokumenteras i lista "Covid-19 – Förteckning över närkontakter" . Vid arbete inom vård och omsorg ska berörd enhet meddelas även helgdagar.	<input type="checkbox"/> Nej
Arbetspendlar du eller någon i ditt hushåll till Norge?	<input type="checkbox"/> Ja Med vilket tidsintervall? _____	<input type="checkbox"/> Nej

Arbetsplats: Ansvarar index för att meddela sin chef? Ja Nej, chef meddelas av smittspårare

Om index inte kan eller vill meddela sin chef meddelas vederbörande chef av smittspårare. Index identitet får inte röjas utan samtycke. Skicka med lämpligt informationsblad som finns på Smittskydd Värmlands webbsida/Covid-19 under rubriken Informationsmaterial, så kan index lämna till sin arbetsgivare.

Skola: Ansvarar vårdnadshavare för att meddela skolsköterska eller rektor?

(Gäller barn/ungdom från förskoleklass till och med gymnasiet. Ungdomar 16-18 år

– individuell bedömning om ungdomen själv kan informera).

Ja Nej, skolan meddelas av smittspårare

Under smittsam fas varit patient på <ul style="list-style-type: none"> • mottagning (inklusive tandläkare, fysioterapeut m.m.) • sjukhus • kommunalt boende. 	<input type="checkbox"/> Ja Vilken vårdenhet? _____ _____ Smittspårare meddelar berörd slutenvårdsavdelning eller kommunalt boende (gäller inte mottagning eller hemtjänst).	<input type="checkbox"/> Nej
Under inkubationstiden varit patient på <ul style="list-style-type: none"> • mottagning (inklusive tandläkare, fysioterapeut m.m.) • sjukhus • kommunalt boende. 	<input type="checkbox"/> Ja Vilken vårdenhet? _____ _____ Vårdenheten behöver inte underrättas.	<input type="checkbox"/> Nej
Har du eller någon i ditt hushåll varit på resa i Sverige eller utomlands de senaste 14 dagarna?	<input type="checkbox"/> Ja Land: _____ Ort: _____ Resedatum: _____	<input type="checkbox"/> Nej

Vilka är dina närkontakter?
En närkontakt är en person som den smittade haft nära kontakt med under minst 15 minuter på ett avstånd mindre än två (2) meter under index smittsamma fas.
*Uppgifter om närkontakter dokumenteras i lista "Covid-19 – Förteckning över närkontakter".
 Index kan själv förbinda sig att informera sina närkontakter.*

Har du under smittsamsperioden deltagit i aktiviteter som innebär närkontakt med andra människor till exempel privata fester/middagar/sammankomster, idrottsaktiviteter, åskådare vid sportevenemang eller liknande?
Generellt undantas personer man har träffat på restauranger, stormarknader, allmänna kommunikationer och köpcentrum, förutom personer i det egna sällskapet.

Notera aktivitet, plats och datum.

Förbinder sig index att själv informera sina närkontakter? Ja Nej, meddelas av smittspårare

Fått förhållningsregler enligt smittskyddsblad "Covid-19, patientinformation och förhållningsregler" <i>Se informationsruta: Information och förhållningsregler till index</i>	<input type="checkbox"/> Muntligt	<input type="checkbox"/> Skriftligt, se nedan
Fått information: <ul style="list-style-type: none"> • Smittskyddsblad "Covid-19, patientinformation och förhållningsregler" • Smittskyddsblad "Covid-19, information och förhållningsregler till hushållskontakter" • Informationsblad "Till dig som har haft närkontakt med person som har covid-19" 	<input type="checkbox"/> Digitalt	<input type="checkbox"/> Via post
Klinisk anmälan enligt smittskyddslagen skickad i SmiNet	<input type="checkbox"/> Ja	
Övrig information		

Dokumentet är utarbetat av: Ann-Mari Gustavsson, Smittskydd Värmland

Covid-19 – Förteckning över hushållskontakter

Förhållningsregler, se sid. 7.

Index personnummer

Index namn

Namn	Personnr	Telefon	Relation	Symtom Ja/Nej	Insjuknings- datum	Provtagen Ja + datum eller Nej	Positivt prov-svar, datum	Vaccinerad Dos + datum	Sjuk- intyg	Information och förhåll- ningsregler utifrån smitt- skyddsblad	Smittskydds- blad (hushåll) + checklista skickat	Samtal utfört, datum och sign

Covid-19 – Förteckning över närkontakter

 Index personnummer

 Index namn

Namn	Relation	Symtom Ja/Nej	Symtomdebut, datum	Provtagen, Ja + datum eller Nej	Positivt provsvar, datum	Vaccinerad Dos + datum	Kommentar	Telefon (om smittspåraren behöver kontakta)

Information och förhållningsregler till hushållskontakter utifrån smittskyddsblad

Hushållskontakter är de personer som den smittade har delat boende med någon gång under smittsam fas. Som hushållskontakt till en person med bekräftad covid-19 betraktas man som ett misstänkt fall av sjukdomen. Det innebär att förhållningsregler måste följas. Förhållningsregler ska dokumenteras i hushållskontaktens journal.

Förhållningsregler för asymtomatiska hushållskontakter, både barn och vuxna

Gäller i sju (7) dagar räknat från den dag personen som har covid-19 blev provtagen

- Ska stanna hemma från arbete och skola.
Den som inte kan arbeta hemifrån har rätt till läkarintyg för smittbärrpenning. Personen ska själv ansöka om smittbärrpenning från Försäkringskassan.
- Ska inte träffa andra människor förutom de i det egna hushållet.
- Ska inte delta i fritidsaktiviteter som innebär kontakt med andra.
- Undvika att resa med allmänna kommunikationsmedel.
- Kan vistas utomhus så länge man håller avstånd till andra personer.
- Får göra nödvändiga inköp i mataffärer och apotek m.m. Måste hålla avstånd.
- Ska vara noggrann med sin handhygien, hosta och nysa i armvecket eller i pappersnäsduk.
- Ska berätta att man är hushållskontakt till en person med covid-19 vid kontakt med hälso- och sjukvård och hemtjänst.

Efter dag åtta (8) gäller:

- Om helt symtomfri dag åtta (8) upphör förhållningsreglerna. Fortsatt observans på symtom och bör träffa så få personer som möjligt samt bör avstå från att delta i fritidsaktiviteter i ytterligare sju dagar.
- Vid nya fall i hushållet gäller förhållningsreglerna från den senast positiva personens provtagningsdatum.

Provtagning asymtomatiska hushållskontakter

- Prov för covid-19 ska tas dag fem (5) räknat från den dag personen som har covid-19 blev provtagen. Gäller vuxna och barn från 6 år. För undantag, se ruta nedan.

Provtagning vid symtom

- Vid symtom, ta prov snarast. Gäller vuxna och barn från 6 år.
Obs! Person som någon gång under de senaste sex (6) månaderna har haft covid-19 som bekräftats med PCR- eller antigen test **ska** i normalfallet **inte** provtas.
- Provtagning av barn 0-5 år, endast om barnet har behov av sjukvård.
Om barnet har symtom och inte har provtagits kan återgång till förskola ske även om milda symtom kvarstår, under förutsättning att det har gått minst sju (7) dygn från symtomdebut och att de två (2) sista dyggen varit utan feber och med gott allmäntillstånd.

Undantag

Från förhållningsregler (asymtomatisk hushållskontakt)

- Person som någon gång under de senaste sex (6) månaderna har haft covid-19 som bekräftats med PCR- eller antigen test.
- Person som är vaccinerad mot covid-19 med sin andra dos för minst två veckor sedan.
Båda punkterna ovan gäller även personal inom vård och omsorg.

Från provtagning (asymtomatisk hushållskontakt)

- Person som någon gång under de senaste sex (6) månaderna har haft covid-19 som bekräftats med PCR- eller antigen test.
- Person som är vaccinerad mot covid-19 med sin andra dos för minst två veckor sedan. .
- Obs! Undantaget från provtagning gäller inte vaccinerad personal inom vård och omsorg.
De ska provtas enligt rutin för närkontakt:
 - Omgående efter information om att hushållskontakt provtagits positivt för covid-19
 - Ny provtagning ska göras dag fem (5) räknat från den dag som index blev provtagen.
 - Om det gått fyra (4) dagar eller mer sedan index blev provtagen behöver bara ett prov tas.

Information till närkontakter

Närkontakter är de personer som har haft nära kontakt med en smittad under minst 15 minuter på ett avstånd mindre än två (2) meter under personens smittsamma period.

Detta gäller för närkontakter i en smittspårning

Under 14 dagar från senaste kontakten med den smittade:

- Avstå från fritidsaktiviteter som innebär kontakt med andra.
 - Försök hålla ett avstånd på minst en meter, gärna två, till dem man bor med, till exempel genom att vara i ett eget rum, inte äta tillsammans med andra och inte dela badrum. Använd egen handduk och rengör/desinficera ytor, till exempel vattenkranar och dörrhandtag, som man rör vid ofta i hemmet.
 - Var extra uppmärksam på symtom. Man kan vara smittsam upp till 48 timmar innan symtomdebut.
 - Vid symtom ska vuxna och barn från 6 år ta prov. Isolering i väntan på provsvar. Gäller oavsett vaccinations-status. Detta gäller även om symtomen är lindriga och man får symtom efter att nyligen provtagits med negativt provsvar. Se information om provtagning på [1177.se Provtagning covid-19 Värmland](https://1177.se/Provtagning-covid-19-Värmland).
- Obs!** Person som någon gång under de senaste sex (6) månaderna har haft covid-19 som bekräftats med PCR- eller antigen-test **ska** i normalfallet **inte** provtas.
- Vid behov av medicinsk vård, ska närkontakten uppge att hen är en närkontakt till en person med covid-19, gäller även om man söker vård av annan orsak. Vid akuta allvarliga besvär ring 112.

Asymtomatiska närkontakter ska provtas enligt nedan:

Undantag:

- Person som någon gång under de senaste sex (6) månaderna har haft covid-19 som bekräftats med PCR- eller antigen-test.
- Person som är vaccinerad mot covid-19 med sin andra dos för minst två veckor sedan.

Obs! Undantaget gäller inte vaccinerad personal inom vård och omsorg. De ska provtas enligt rutin för närkontakt, se nedan.

Vuxna

Se [Provtagning covid-19 Värmland](https://1177.se/Provtagning-covid-19-Värmland) för anvisningar om provbeställning.

- **Prov ska tas för covid-19 omgående efter man har fått information om att man kan ha utsatts för smitta.**
- **Ny provtagning ska göras dag fem (5) efter senaste närkontakten med den smittade.**
 - Om det har gått fyra (4) dagar eller mer sedan senaste närkontakten med den smittade behöver bara ett prov tas.
 - Om det har gått mer än sju (7) dagar sedan senaste närkontakten med den smittade behöver inget prov tas.
- Ovaccinerade ska om möjligt arbeta hemifrån i väntan på provsvar. Går inte det kan man gå till arbetsplats i väntan på provsvar. Då måste man hålla distans till arbetskamrater och följa nationella allmänna råd och rekommendationer.
- Vid negativt provsvar ska man fortsatt vara uppmärksam på symtom. Vid symtom ska provtagning alltid ske och isolering i väntan på provsvar, även om prov tagits enligt ovan.

Barn och ungdomar i skolmiljö

- **Ungdomar i årskurs 7-9 i grundskola samt gymnasium**

- Provtas för covid-19 **omgående** efter man har fått information om att man kan ha utsatts för smitta. Se [Provtagning covid-19 Värmland](#) för anvisningar om provbeställning.
- **Ny provtagning** ska göras dag fem (5) efter senaste närkontakten med den smittade.
 - Om det har gått fyra (4) dagar eller mer sedan senaste närkontakten med den smittade behöver bara ett prov tas.
 - Om det har gått mer än sju (7) dagar sedan senaste närkontakten med den smittade behöver inget prov tas.
- Provtagning ska ske även om man inte har några symtom.
- Rekommenderas att fortsätta gå till skolan.
- Ska avstå från fritidsaktiviteter utanför skolan.
- Vid negativt provsvar ska man fortsatt vara uppmärksam på symtom. Vid symtom ska provtagning **alltid** ske och isolering i väntan på provsvar, även om prov tagits enligt ovan.

- **Barn i förskoleklass samt årskurs 1-6 i grundskola**

- Rekommenderas att fortsätta gå till skolan.
- Ska avstå från fritidsaktiviteter utanför skolan.
- Provtas enbart vid symtom.

- **Barn i förskola**

- Rekommenderas att fortsätta gå till förskolan.
- Ska avstå från fritidsaktiviteter utanför förskolan.
- Barn i förskoleålder provtas i allmänhet inte. Det är i normalfallet enbart aktuellt om man på grund av barnets allmäntillstånd behöver söka sjukvård.

För mer information om barn i förskoleålder, se informationsblad **Information och instruktioner till vårdnadshavare vid konstaterat fall av covid-19 på förskola** på Smittskydd Värmlands hemsida och 1177.se.