



Handlingsplan dersom mistanke om eller påvist smitte blant ansatte, utøvere eller besøkende i ØHIL

Versjon 25.11.20 (Elin Spjelkavik, Sverre Nordby)

- 1. Ved mistanke om at noen som oppholder seg på våre arealer har symptomer på luftveisinfeksjon som hoste, forkjølelse, generelt dårlig form,** så har alle som er til stede ansvar for å si fra, og be vedkommende om å gå hjem umiddelbart. Ingen skal oppholde seg på våre arealer med mindre de er helt symptomfrie.
- 2. Ved positiv smitteprøve, påhviler det overordnede ansvaret for smittesporing smittevernoverlegen i Bærum kommune.** Det er også denne som har det formelle ansvaret for å varsle de som skal varsles, hvis noen har fått påvist en positiv smitteprøve blant våre ansatte/aktive/besøkende. ØHIL deler informasjon om registrerte besøkende og deltakere på aktivitet så fort som mulig.

Ved smittetilfeller, er det videre viktig med raske grep. Alle som har hatt *nærkontakt* med en smittet må i karantene.

Med nærkontakt her menes;

- Innendørs: mindre enn 2 meters avstand i mer enn 15 minutter sammenhengende med en person som er bekreftet syk med covid-19.
- Ute: mindre enn 2 meters avstand i mer enn 15 minutter sammenhengende, ansikt til ansikt, med en person som er bekreftet syk med covid-19.
- Har hatt direkte fysisk kontakt med (for eksempel ved håndhilsning) en som er bekreftet syk med covid-19 (gjelder ikke dersom anbefalt beskyttelsesutstyr er brukt).

Alle som har vært i samme område som den syke og ikke kan være trygg på at de har overholdt minst 2 meters avstand til den smittede, må sendes hjem og settes i karantene til testresultat foreligger.

- 3.** Når vi blir varslet av smittevernoverlegen eller smittevakten i kommunen, eller vi blir varslet av den syke, foretar vi en kartlegging av den sykes opphold den aktuelle dagen. Vi må også varsle de som kan sies å være nærkontakter pga avstandskravene om det inntrufne og om karantene-reglene. Det er kun de som kan sies å være definert som nærkontakter som skal i karantene.

Det er videre svært viktig at vi får så nøyaktig informasjon som mulig fra smittevernoverlegen eller den syke selv, om den sykes tilstedeværelse på våre arealer de siste 4-5 dagene før vedkommende ble syk:

- Hvem har den syke vært i kontakt med
- Hvor har den syke oppholdt seg

Dette gir oss et best mulig grunnlag for å bidra med å hindre smitten i å spre seg.



4. Vi må foreta full nedvask av området samt fellesareal etc. som den smittede har oppholdt seg i. Når dette er gjort, kan vi igjen drive som normalt.
5. Ved påvist smitte skal alle som defineres som nærkontakter i karantene i 10 dager. Man må følge med på symptombildet og be om en test om man opplever symptomer. Er det vanskelig å bli testet, kontakt smittevernoverlegen i kommunen – alle norske kommuner skal nå full testkapasitet igjen.

Inkubasjonstiden er tiden fra man er smittet til sykdommen gir symptom. Ifølge WHO er inkubasjonstiden anslått til 5-6 dager, men kan variere fra 0 til 14 dager. Dagens kunnskap tyder på at smitten i størst grad skjer fra syke personer med symptom, samt rett før symptomene bryter ut (1-2 døgn). Noen personer kan være smittet av SARS-CoV-2 uten å utvikle sykdom, men likevel føre smitten videre til andre. Derfor er karantenen satt til 10 dager.

Smittevernoverlegen i kommunen skal sikre at nærkontakter får informasjon om hvordan de skal forholde seg, og at de har sikker tilgang til kontakt med lege/legevakt hvis de blir syke. Smittevernoverlegen i kommunen vurderer hvilke personer som trenger oppfølging av kommunen i karanteneperioden, hvordan dette skal gjennomføres, og om annet helsepersonell eller hjemmetjenesten skal bistå i oppfølgingen. Friske nærkontakter skal ha hjemmekarantene. Karantenen oppheves ikke før det har gått 10 dager.

Mer informasjon fra FHI:

- [Hjemmekarantene og hjemmeisolering i forbindelse med covid-19](#)
- [Råd til personer som er i hjemmekarantene](#)

En nedstenging av vår virksomhet skal normalt ikke være nødvendig om det oppstår enkelttilfeller og man vet at den aktuelle smittevernveilederen for din virksomhet er fulgt. Veilederne er laget i samarbeide med helsemyndighetene nettopp for å sikre forsvarlig drift og slik at oppstått smitte andre steder ikke skal spres.

Vi anbefaler alle involverte en god dialog med smittevernoverlegen i kommunen om dette og at man til enhver tid sikrer at alle følger rådene tett.

Kontaktperson i ØHIL:

Sverre Nordby (daglig leder)
Mobil: 90 55 59 34
Mail: sverre@ohil.no