



Hemisolering vid covid-19 i Region Jämtland Härjedalen

Som ett led i att bromsa smittspridningen av covid-19 inför Smittskydd Jämtland Härjedalen de särskilda förhållningsregler som Folkhälsomyndigheten i samarbete med smittskyddsläkare tagit fram.

– Vi ser en markant ökning av smittade i länet just nu och det här är ett bra verktyg för att bekämpa den ökningen. Vi tror att detta är en effektiv smittskyddsåtgärd som dessutom kan underlätta för dem som har svårt att övergå till distansarbete när de får en smittad hushållsmedlem, säger Annika Ersson.

Smitta mellan personer som bor i samma hushåll är en av de vanligaste smittvägarna för covid-19. Därför är insatser som begränsar smittan till det egna hushållet en viktig åtgärd för att stoppa smittökningen.

När hemisolering börjar gälla ska den som bor tillsammans med en konstaterat smittad person följa liknande regler som den som har covid-19. Den som bor i samma hushåll som en covid-19 smittad ska stanna hemma från skola eller arbete så länge att det går att avgöra om personen blivit smittad eller inte. Särskilda regler gäller för barn och ungdomar upp till grundskolan.

Förhållningsreglerna kommer gälla oavsett om personen har symtom eller inte. Med konstaterat smittad menas en person som fått ett positivt provsvar efter ett PCR-test.

Den som behöver följa reglerna om hemisolering kommer få besked om det via vården. När hemisolering införs kommer det finnas information om vad som gäller på 1177.se. Informationen kommer finnas på flera språk.



Vad kommer gälla om jag bor med någon som har covid-19?

När beslut är fattat om förhållningsreglerna gäller följande:

- Du ska arbeta eller studera hemifrån under 7 dagar om du bor eller har bott med en person som bär på covid-19 smitta. Det gäller dig som studerar på gymnasium/högskola/universitet eller arbetar.
- Som dag ett räknas den dag personen som har covid-19 blev provtagen.
- Om du inte har möjlighet att jobba hemifrån kan du ansöka om smittbärrarpenning från Försäkringskassan.
- Du får gå ut och handla mat och du får lämna och hämta barn på förskola och skola under förutsättning att hygien- och avståndsregler kan följas.
- Du måste följa särskilda hygienrutiner: Du måste vara noggrann med den egna handhygien (tvätta händerna), hosta och nysa i armvecket eller i näsduk och inte mot andra människor.
- Får du symtom behöver du ta prov och vara kvar hemma tills du får provsvar.
- Får du inte några symtom bör du ändå ta ett PCR-prov dag 5 och invänta svaret innan du återgår till din arbetsplats.
- Du behöver vara fortsatt observant på symtom även om PCR-provet dag 5 är negativt och provta dig igen ifall du skulle få symtom.
- Fortsätt träffa så få personer som möjligt och avstå från fritidsaktiviteter under hela inkubationstiden, dvs tills det gått 14 dagar.

Barn upp till nionde klass undantas

Barn som går i förskola, grundskola eller gymnasiesärskola får fortsätta gå till sina skolor som vanligt även om de bor med någon som har covid-19. Förutsättningen är att de själva är friska. Barnen och ungdomarna ska under den här perioden träffa så få personer som möjligt och avstå från fritidsaktiviteter. De behöver heller inte ta något PCR-prov om de mår bra. Barn från förskoleklass och uppåt skall provtas om de utvecklar symptom. Även barn i förskola kan provtas.

För medarbetare i vård och omsorg

De som arbetar inom hälso- och sjukvård eller äldreomsorg ska informera sin chef om att de har utsatts för smitta eftersom de bor tillsammans med en konstaterat smittad person. Den som inte har möjlighet att arbeta hemifrån kan ansöka om smittbärrpenning från Försäkringskassan.