



## Leiðbeiningar

### Grunur um smit í sértæku húsnæði fyrir fatlað fólk

5. október 2020

#### Sýnataka – sóttkví - einangrun

#### Dregið úr hættu á COVID-19 kórónuveiru smiti



- 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 kvefeinkenni er að ræða.



- Forðist náíð samneyti við einstaklinga með hósta og almenn kvefeinkenni.



- Sýna aðgát í umgengni við algenga snertifleti á fjölförnum stöðum, s.s. handrið, lyftuhnappa, snertiskjái, greiðsluposa og hurðahúna.



- Heilsa frekar með brosi en handabandi eða faðmlagi.



**Skoða skal vel allar leiðir til að lágmarka fjölda þeirra sem þurfa að sinna einstaklingi í sóttkví og sérstaklega einangrun. Ávallt skal viðhafa almenna varúð gegn sýkingum hjá öllum alls staðar.**

### Sýnataka ef einkenni COVID-19 koma fram

Ef **íbúi** á íbúðakjarna eða herbergjasambýli fær **einkenni** Covid -19 þarf strax að fá **sýni** fyrir íbúann hjá heilsugæslu viðkomandi ( á dagvinnutíma) eða í gegnum læknavaktina í síma 1700( kvöld og helgar). Hægt er að fá sýnatöku heim þegar þess er þörf.

Ef starfsmaður á íbúðakjarna eða herbergjasambýli fær **einkenni** Covid -19 þarf strax að fá **sýni**. Starfsmenn hafa samband við sína heilsugæslu eða heilsuveru til að fá tíma eða í gegnum læknavaktina í síma 1700 ( kvöld og helgar). Starfsmaður þarf að upplýsa að hann vinni við umönnun hjá viðkvæmum hópi þegar hann óskar eftir sýnatöku.

### Sóttkví ef íbúi er útsettur fyrir smiti

Ef íbúi í herbergjasambýli, íbúðakjarna eða þjónustukjarna verður **útsettur** fyrir smiti af völdum COVID-19 er hann settur í **sóttkví** af smitrakningarteymi í 14 daga eða sýnatöku á 7. degi til að aflétta sóttkví.

Markmiðið með sóttkví er að íbúinn umgangist sem fæsta á meðan tíminn leiðir í ljós hvort hann hafi smitast, þ.e. fái einkenni um smit (meðgöngutími sýkingarinnar er 4 til 12 dagar). Einkennin eru t.d. hiti, hálssærindi, beinverkir eða slappleiki.

### Einangrun ef smit er staðfest og úrvinnslueinangrun

Ef einkenna verður vart, þarf læknir eða hjúkrunarfræðingur að taka sýni frá nefkoki sem leiðir í ljós hvort viðkomandi sé smitaður. Ef svo er fer hann í **einangrun** sem er mun strangari en sóttkví. Einangruninni er aflétt af lækni þegar 14 dagar eru liðnir frá greiningu og viðkomandi hefur verið einkennalaus í 7 daga.

Aðalsýkingavarnirnar eru: Almenn grundvallarvarúð gegn sýkingum með sérstaka áherslu á að þvo hendur oft og vel og almennt gott hreinlæti.

Þrifa reglulega nálæga snertifleti samkvæmt leiðbeiningum starfsstaðar með sápuvatni og spritti.

Nota viðeigandi hlífðarbúnað rétt (hlífðargrímu, hlífðargleraugu, hanska og slopp/svuntu) þegar viðkomandi er veikur í sóttkví og/eða kominn í einangrun.

### Íbúi er í sóttkví eða einangrun

**Sóttkví** er notuð þegar einstaklingur hefur mögulega smitast en er einkennalaus og sýni ekki tekið. Einstaklingar sem greinast með COVID-19 fara í **einangrun**. Ákvörðun um hvort einstaklingur fari í sóttkví eða einangrun er tekin af yfirvöldum sem gefa fyrirmæli í hverju tilfelli fyrir sig.

Íbúi sem fer í [sóttkví](#) eða [einangrun](#) vegna COVID-19 þarf áfram aðstoð við nauðsynlegar athafnir dagslegs lífs, auk þeirrar heilbrigðisþjónustu sem ástand hans kallar á. Þá skal fylgja eftirfarandi leiðbeiningum og fá frekari ráðgjöf og leiðbeiningar frá heilbrigðisstarfsfólki eftir þörfum.

Í töflunni er yfirlit yfir sóttkví og einangrun með hliðsjón af því sem er ólíkt í sóttvörnum og takmörkunum á umgengni við aðra. Frekari upplýsingar eru í leiðbeiningum fyrir [sóttkví](#) eða [einangrun í heimahúsi](#).

ÍBÚI Í SÓTTKVÍ Í ÍBÚÐAKJARNA	ÍBÚI Í EINANGRUN Í ÍBÚÐAKJARNA
<p>Íbúinn á að vera sem <b>mest</b> inni á sínu heimili og hitta sem fæsta. Fjölskylda og vinir eiga ekki að koma í heimsókn.</p>	<p>Íbúi með staðfest smit á að vera inni á sínu heimili í <b>einangrun</b> og hitta sem allra fæsta og fara eftir leiðbeiningum um einangrun. Fjölskylda og vinir eiga ekki að koma í heimsókn.</p>
<p>Starfsfólk skal viðhafa almenna varúð gegn sýkingum eins og ávallt skal gera, þvo sér vel um hendur og spritta áður en íbúi er aðstoðaður og á eftir og gæta almenns hreinlætis.</p>	<p>Æskilegt er að sama starfsfólkið þjónusti íbúa í einangrun til að fækka þeim sem útsettir eru.</p>
<p>Forðast snertingu við líkamsvessa (slím úr öndunarvegi, uppköst, hægðir).</p>	<p>Starfsfólk sem annast íbúa í einangrun skal:</p>
<p>Þrifa umhverfi vel með vatni og sápu.</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Spritta hendur</li><li>2. Klæðast hlífðarbúningi</li><li>3. Setja upp fínagnagrímu (FFP2)</li><li>4. Setja upp hlífðargleraugu</li><li>5. Klæðast sloppi</li><li>6. Klæðast hönskum</li></ol>
<p>Nota viðeigandi hlífðarbúnað þegar þeir eru í náninni snertingu við íbúa í sóttkví: einnota hanskar, hlífðarsloppur eða plastsvunta og pappírsmaska. Ef íbúi getur ekki látið vita um einkenni eða hætta er á úðasmiti þarf að nota veirumaska.</p>	<p>Þegar farið er úr íbúð fer starfsfólk úr hlífðarbúnaði í þessari röð: hanskar, sloppur, gríma, gleraugu og sprittar hendur á milli. Notuðum búnaði er hverft saman og komið fyrir í ruslapoka sem fer í almennt sorp.</p>
<p>Gæta vel að handþvotti á eftir snertingu við íbúann.</p>	<p>Hendur eru þvegnar og þurrkaðar vel áður en farið er á sameiginleg svæði. Ef hanskar mengast í aðhlyningunni er skipt um þá eftir þörfum.</p>
<p>Æskilegt er að íbúi hafi sér salerni og bað.</p>	<p>Reglulega skal þrifa vel með vatni og sápu allt umhverfi í íbúðinni.</p>
<p>Ef íbúi í sóttkví notar bleiu eða þarf aðstoð við salernisnotkun þarf að gæta vel að hreinlæti og nota hanska, grímu, svuntu, jafnvel ermar eða hlífðarslopp ef niðurgangur. Gæta vel að handþvotti á eftir bæði starfsmanns og íbúa.</p>	<p>Að þrifum loknum skal strjúka yfir alla snertifleti með klúti vættum sótthreinsandi lausn (umhverfisspritti, klórböndu (t.d. blanda Bleiklór 5% (fæst í almennum verslunum) 10 ml í 2,5 l vatns – má nota sama dag og blandað er), Virkon 1% eða oxivir). Nota hanska við verkið.</p>
	<p>Strjúka með sótthreinsunarefni x2 á dag af helstu snertiflötum í íbúðinni s.s. rofum, hurðarhúnum, ísskápshandfangi og af snertiflötum á salerni.</p>

---

Fylgjast vel með hvort íbúi fái einkenni sem geta bent til smits.

Ef íbúi veikist í sóttkví með COVID-19 einkenni skal klæðast fullum hlífðarbúnaði.

Fylgjast vel með heilsu íbúans með daglegum hitamælingum og hjálpa honum eða annast fyrir hann að gefa upplýsingar í síma í daglegu eftirliti heilbrigðisstarfsfólks.

Ef heilsan fer versnandi ber að hafa samband við COVID-19 göngudeild og tilkynna það.

---

Notaður hlífðarbúnaður og annað sem notað hefur verið (t.d. óhreinar þurrkur, notaðir ælupokar) er sett í lokaðan poka sem fer í almennt sorp. Hendur eru þvegnar, þurrkaðar og sprittaðar.

Mælt er með að horfa á [leiðbeiningarmyndband](#) um hvernig á að klæða sig í og úr hlífðarfötum.

---

#### ÍBÚI Í SÓTTKVÍ Í HERBERGJASAMBÝLI

#### EINANGRUN Í HERBERGJASAMBÝLI

Ef íbúi sem er í herbergjasambýli á erfitt með að halda sig inni á sínu herbergi gæti þurft að finna honum annað úrræði (t.d. í íbúð).

Forstöðumaður skoðar með smitrakningarteymi hversu margir þurfa að fara í sóttkví á heimilinu.

Ef mögulegt smit varð utan heimilis eru minni líkur á að allt heimilið þurfi að fara í sóttkví.

Það getur þurft að athuga hvort viðkomandi geti verið hjá ættingjum sem eru sjálfir í sóttkví eða hvaða önnur úrræði bjóðast.

Íbúi fluttur úr herbergjasambýli í íbúð / önnur úrræði.

Ef allir íbúar herbergjasambýlis smitast er hægt að hafa þá saman í einangrun, svokallað cohort.

Íbúarnir mega deila hreinlætisaðstöðu.

Starfsmenn sem sinna íbúunum geta verið inni í slíku sambýli í sama hlífðarbúnaðinum í allt að 4 klst – skipta um ef eitthvað kemur upp á.

Starfsmenn sem sinna íbúum í einangrun mega ekki umgangast íbúana nema í hlífðarfatnaði og þeir þurfa að hafa hreinlætisaðstöðu sem eingöngu þeir nota og aðstöðu til að geta farið úr búnaðinum og kastað mæðinni.

---

## STARFSFÓLK ÍBÚA Í SÓTTKVÍ

Starfsfólk þjónustar íbúa í sóttkví heila vakt, eins fái og hægt er.

Starfsfólk sem sinnir íbúum í sóttkví þarf að gæta vel að hreinlæti. Fer ekki sjálf í sóttkví nema sá sem þeir aðstoða veikist og talin sé ástæða til þess af rakningarteymi.

Þegar sóttkví breytist í einangrun getur starfsfólk sem sinnti viðkomandi þá vakt þurft að fara í sóttkví nema ef hann hefur verið í fullum búnaði.

Starfsmaður sem aðstoðar íbúa í sóttkví þarf að gæta vel að handhreinsun þegar hann fer sjálfur í mat eða á salerni (fyrir og eftir) og skipta um föt ef þau mengast áður en starfsmaður dvelur á sameiginlegum svæðum.

Starfsmaður á alls ekki að nota aðstöðu þess íbúa sem er í sóttkví.

Skiptir um föt á skiptistöð fyrir utan íbúð, fer í sturtu og fer heim.

Forstöðumaður skoðar með smittrakningarteymi hversu margir þurfa að fara í sóttkví á heimilinu.

Ef mögulegt smit varð utan heimilis eru minni líkur á að allt heimilið þurfi að fara í sóttkví.

Það getur þurft að athuga hvort viðkomandi geti verið hjá ættingjum sem eru sjálfir í sóttkví eða hvaða önnur úrræði þjóðast.

## STARFSFÓLK ÍBÚA Í EINANGRUN

Starfsfólk þjónustar íbúa í einangrun heila vakt, eins fái og hægt er.

Æskilegt að sama starfsfólk sinni viðkomandi sem mest til að fækka þeim sem útsettir eru.

Starfsfólk fylgir íbúa. Starfsfólk verður að nota hlífðarfátnað við umgengni við þann sem fer í einangrun í samræmi við lýsingu hér að ofan (grímu, hlífðargleraugu, hanska og slopp). Skipta um í skiptistöð fyrir utan íbúð.

Þegar farið er úr hlífðarbúnaði verður að gæta þess vandlega að snerta ekki ytra byrði hans. Hverfa honum af sér í réttari röð og setja hann í ruslapoka. Vandleg handhreinsun á eftir, handþvottur eða sprittun.

Fer í sturtu eftir vakt.

Starfsfólk á að vera sem minnst inni hjá þeim sem er í einangrun en þó gæta þess að sinna honum eins vel og hægt er.

Fylgjast vel með íbúanum – ef heilsu hans hrakar ber að hafa samband við COVID-19 göngudeild.

Ef einkenni koma fram hjá starfsmanni skal hann tilkynna það yfirmanni. Þá verður tekið sýni og ef starfsmaðurinn reynist með COVID-19 þá fer hann í einangrun.