

## **INSTRUKS TIL STUDERENDE/ELEVER OG MEDARBEJDERE, DER HAR SYMPTOMER PÅ ELLER ER SMITTET MED CORONAVIRUS – ELLER HAR VÆRET I NÆR KONTAKT MED EN SMITTET**

### **Her kan du læse mere om:**

- Hvis du har symptomer på Coronavirus
- Hvis du er konstateret smittet med Coronavirus
- Hvis du har været ”nær kontakt” med en smittet
- Hvem er en ”nær kontakt”?

Det er helt afgørende, at vi alle tager ansvar og følger instruksen, så vi mindsker risikoen for smitte hos os selv og andre.

### **Hvis du har symptomer på Coronavirus**

Typiske symptomer er: feber, tør hoste, ondt i halsen, hovedpine, muskelømhed, tab af lugte- og smagssans. Stoppet næse eller løbenæse uden andre symptomer er ikke typisk for COVID-19.

- Gå hjem/bliv hjemme og kontakt din læge, så du kan blive testet.
- Er du medarbejder, så informer din leder.
- Er du elev/stud. så informer din underviser
- Du kan vende tilbage til skolen, hvis testen er negativ og når du igen føler dig frisk.

### **Hvis du er konstateret smittet med Coronavirus**

- Informer straks din leder eller Uddannelsesleder/underviser om, at du er konstateret smittet med Coronavirus.
- Hvis resultatet er fra en kviktest/selvpodning, skal du omgående sørge for at få taget en PCR test.
- Når du er testet positiv, vil du automatisk blive ringet op af en medarbejder fra myndighedernes Coronaopsporing, som vil hjælpe dig med kontaktopsporingen. Du kan også selv kontakte Coronaopsporing på tlf. 32 32 05 11.
- Din leder/Uddannelsesleder kan hjælpe med orientering af nære kontakter på Bhsund, hvis ønsket. Se eksempler på nære kontakter nedenfor.

- Læs Sundhedsstyrelsens informationsmateriale om smitteopsporing af nære kontakter. Find link nedenfor.
- Elever, kursister, deltagere og ansatte, som er omfattet testkrav, kan tidligst vende tilbage to uger efter, de blev testet positive, da de først herefter kan blive undtaget krav om test. De skal dog samtidig have endt deres sygdomsforløb, jf. Sundhedsstyrelsens retningslinjer.

### **Hvis du har været "nær kontakt" med en smittet**

- Hvis du får at vide eller vurderer, at du er "nær kontakt" til en person, som er testet positiv for Coronavirus ved en PCR test, bør du kontakte Kontaktopsporingsenheden på tlf. 70 20 02 33 for hurtigst muligt at blive testet, også selv om du ikke har symptomer.
- Indtil du får svar på testen, bør du blive hjemme. Hvis du er medarbejder, aftaler du med din leder, hvordan I bedst tilrettelægger dit arbejde i den periode.
- Hold så vidt muligt afstand til andre mennesker og vær omhyggelig med at overholde Sundhedsstyrelsens anbefalinger om god hygiejne.
- Hvis du er udpeget som en 'nær kontakt' af en person, der er smittet med Coronavirus ved en PCR test, skal du gå i selvisolation med det samme og frem til andet negative testsvar. Du skal have taget en test på dag 4 og dag 6, efter du sidst var i nær kontakt med den smittede. Efter andet negative testsvar kan du ophæve din selvisolation.
- Hvis en fra dit hold testes positiv ved en lyntest/selvpodning, er det i første omgang kun den elev/studerende, der skal forlade undervisningen, og snarest få taget en PCR test. Ved positiv PCR test, sendes hele holdet hjem.
- Læs Sundhedsstyrelsens informationsmateriale om nær kontakt til en person med ny Coronavirus. Find link på sidste side.

### **Hvis du har været i "nær kontakt" eller er på samme hold/kontor med en, som har symptomer på Coronavirus**

- Du kan fortsætte med at arbejde indtil svaret på testen på din medstuderende/kollega foreligger, men vær omhyggelig med at efterleve adfærdsreglerne og Sundhedsstyrelsens anbefalinger om god hygiejne. Føler du dig utryk ved situationen, så kontakt din leder/Uddannelsesleder for at drøfte og afklare, hvordan I bedst håndterer den konkrete situation.
- Hvis testen viser sig at være positiv ved en PCR test, skal du følge retningslinjerne for "nære kontakter".

### **Hvem er en "nær kontakt"?**

For at blive betragtet som nær kontakt skal du ifølge sundhedsmyndighederne have været sammen med den smittede i perioden fra 48 timer før, personens symptomer startede og indtil 48 timer efter, at symptomerne er ophørt.

Eksempler på nære kontakter er:

- Personer du bor sammen med
- Personer du har haft fysisk kontakt med (f.eks. ved kram)
- Personer, du har haft tæt ansigt til ansigt kontakt med (mindre end 1 meter i mere end 15 minutter).

I de allerfleste arbejdssituationer vil man ikke have så tæt kontakt, at man betragtes som en nær kontakt.

Links til mere information

Sundhedsstyrelsens informationsmateriale til personer, der er testet positiv for Coronavirus:

<https://www.sst.dk/da/udgivelser/2020/til-dig-der-er-testet-positiv-for-ny-coronavirus>

Sundhedsstyrelsens informationsmateriale til de nære kontakter:

<https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Til-dig-der-er-naer-kontakt-til-person-med-ny-coronavirus>