

Smittehandtering på vei mot en normal hverdag

Hva bør du gjøre hvis du eller din nærkontakt har fått påvist covid-19?

Du som har fått påvist covid-19

Du er pålagt isolering. Isoleringen kan vanligvis avsluttes etter 5 dager.

Bidra til at dine nærkontakter får vite at de kan ha vært utsatt for smitte.

Du som er husstandsmedlem

(eller tilsvarende nær, f.eks kjæreste)

Uvaksinert:

Du bør enten følge et testregime eller avstå fra kontakt med andre i 7 dager^{1,3}

Delvaksinert:

Du bør ta én test^{2,3}

Fullvaksinert eller har gjennomgått

covid-19: Du behøver ikke å teste deg.

Alle:

Følg ekstra nøye med på egen helse i 10 dager og test deg ved symptomer.³

Ellers kan du leve som normalt.

Du som er nærkontakt

(øvrig nærkontakt, ikke husstandsmedlem)

Uvaksinert:

Du bør ta én test^{2,3}

Delvaksinert:

Du behøver ikke å teste deg

Fullvaksinert eller har gjennomgått

covid-19: Du behøver ikke å teste deg

Alle:

Følg ekstra nøye med på egen helse i 10 dager og test deg ved symptomer.³

Ellers kan du leve som normalt.

1 Enten daglig selvtest eller annenhver dag med PCR på teststasjon. Dagene telles fra når den smittede isoleres.

2 Testen kan tas straks.

3 Foresatte avgjør om de ønsker at barnet testes og hvor ofte.