

## GUIDE

# Når der er mistanke om COVID-19-smitte pga. symptomer eller nær kontakt – Dagplejen

Denne guide beskriver, hvordan dagplejen håndterer en situation, hvor der ved et barn eller en voksen er **mistanke om smitte** med COVID-19 pga. symptomer eller nær kontakt.

## Ved mistanke om COVID-19-smitte pga. symptomer

### Forebyggelse af smittespredning

Syge børn og voksne skal ikke i dagpleje. De skal blive hjemme og selvisolere sig, til de er raske, så de ikke smitter andre børn og voksne. Se mere om isolation [her](#).

### Symptomerne på COVID-19 er typisk:

- Tør hoste
- Ondt i halsen
- Feber
- Hovedpine
- Vejrtrækningsbesvær
- Muskelsmerter

Børn får oftest ingen eller kun milde symptomer, hvis de bliver smittet med coronavirus. Hvis de udvikler symptomer, vil de som regel føle sig syge, blive trætte og slappe og ikke lege og deltage i aktiviteter som vanligt.

### Her er nogle gode råd:

- Hvis barnet har tegn på sygdom - det kan være symptomer fra luftveje som forkølelse, masser af gult og grønt snot, feber eller utilpashed - skal barnet blive hjemme.
- Se på barnet og vurder barnets samlede almene tilstand, ligesom du plejer at gøre, når der ikke er COVID-19 epidemi. Hvis barnet ikke er frisk, skal det blive hjemme for at undgå, at det smitter andre børn og voksne.
- Under COVID-19-epidemien skal du være særlig forsigtig, hvis barnet har symptomer og virker sløj, og barnet skal først komme, når barnet er helt rask.
- Det er meget almindeligt, at næsen løber med klart snot, når børn f.eks. leger ude i køligt vejr, eller hvis barnet græder. Det kaldes også løbenæse. Hvis barnet kun har løbenæse med klart snot og enkle nys, og ellers virker frisk og leger som normalt, er der ikke grund til, at barnet bliver hjemme fra dagpleje.
- Hvis barnet virker syg og har symptomer, som giver mistanke om COVID-19, bør forældre ringe til egen læge med henblik på vurdering og evt. henvisning til test.

## Særligt om forkølelse og snot:

- Klart snot (løbenæse) er noget, alle kan have, for eksempel når vi kommer ind udefra, og det er ikke tegn på COVID-19.
- Til sammenligning er gult og grønt snot og behov for gentagen næsepudsning tegn på en øvre luftvejsinfektion, og i den situation må barnet ikke være i institutionen.
- Hjemsendelse af børn med åbenlys forkølelse er samtidigt forebyggende i forhold til de andre børn, som, hvis de smittes med forkølelse, også skal sendes hjem til test.

## Hjemsendelse af børn/voksne ved mistanke om COVID-19-smitte pga. symptomer:

- Børn/voksne med symptomer på COVID-19 skal straks sendes hjem fra dagpleje, isolere sig og blive testet. Se mere om isolation [her](#)
- Dagplejer informerer forældrene om, at børn/voksne først må møde op, når vedkommende har været symptomfri i 48 timer, eller når vedkommende er testet negativ og er symptomfri.
- Hvis børn/voksne testes positiv, skal dagplejer informeres, som derefter skal anvende guiden "Når et barn eller en voksen er testet positiv med COVID-19 – Dagplejen" (se Intra).

## Procedure for booking af test

### Du skal ringe til din læge, før du bestiller tid, hvis:

- du føler dig så syg, at du gerne vil tale med en læge
- du er bekymret eller i tvivl
- det drejer sig om et barn under 2 år

### Du kan selv booke tid til test på [www.coronaprover.dk](http://www.coronaprover.dk), uden at skulle forbi egen læge, hvis:

- du ikke føler dig så syg, at du har behov for at tale med din læge

**Børn under 15 år** booker tid til test ved at forældrene bestiller tid med forælders NemID på [www.coronaprover.dk](http://www.coronaprover.dk)

**Personer over 14 år** skal bestille tid meget eget NemID på [www.coronaprover.dk](http://www.coronaprover.dk)

### Brug af private hurtigtest/antigentest

Hvis du har symptomer, skal du ikke anvende antigenest/hurtigtest, da den er mindre følsom end PCR-testen og derfor ikke giver et lige så sikkert svar. Hvis du har symptomer, kan du kun vende tilbage til dagpleje på baggrund af en PCR-test.

## Raskmelding

### Raskmelding efter COVID-19-symptomer kan ske ved følgende:

- Hvis børn/voksne testes positiv, kan raskmelding ske, når vedkommende har været symptomfri i 48 timer.
  - o Hvis børn/voksne testes positiv med symptomer, kan man også ophæve sin selvisolation efter 10 dage, hvis man føler sig betydeligt bedre og kun har milde restsymptomer, såsom tab af smags- og/eller lugtesans, let hoste, hovedpine, træthed m.v. Det kræver dog, at man forinden har været feberfri i 48 timer (uden brug af febernedsættende medicin, som fx paracetamol).
- Hvis børn/voksne testes negativ, kan raskmelding ske, når vedkommende har været symptomfri i 24 timer
- Ved fravalg af test skal børn/voksne være i symptomfri i 48 timer

## Personer, som tidligere har haft COVID-19

### Hvis du har haft COVID-19 inden for de seneste 8 uger:

- Hvis du bliver **nær kontakt**, skal du ikke testes igen, da testen kan være positiv pga. inaktiv virus.

### Hvis der er gået mere end 8 uger, siden du havde COVID-19:

- Hvis du igen får COVID-19-lignende symptomer, skal man gøre som alle andre. Dvs. du skal blive testet og isolere sig. Hvis du bliver testet positiv, er du at betragte som ny-smittet, og de personer, du har været i nær kontakt med, betragtes som nære kontakter, og proceduren kører som vanligt, hvor alle 'nære kontakter' sendes hjem til test.

## Ved mistanke om COVID-19-smitte pga. nær kontakt til en smittet

### Forebyggelse af smittespredning

Nære kontakter skal ikke i dagpleje. Hvis du har været i nær kontakt med en smittet person, er det vigtigt, at du går i selvisolation og bliver testet for at forebygge, du smitter andre, hvis det viser sig, at du er smittet. Se mere om isolation [her](#).

### Opsporing af nære kontakter til en COVID-19-smittet

Nære kontakter til smittede med symptomer findes fra 48 timer før, den smittedes symptomer startede og indtil 48 timer efter, at symptomerne er ophørt.

Nære kontakter til smittede uden symptomer findes fra 48 timer før til 7 dage efter, at den smittede fik taget testen.

Følgende personer betragtes som nære kontakter, hvis de har været i kontakt med en smittet person indenfor ovennævnte perioder:

- Alle, der bor sammen med en, der har fået påvist ny coronavirus
- Alle, der har haft direkte fysisk kontakt (fx kram) eller direkte kontakt til smittefarlige sekreter (fx hoste eller nys) med en, der har fået påvist ny coronavirus
- Alle, der har været inden for 2 meter i mere end 15 minutter ansigt til ansigt (fx i samtale med personen) med en, der har fået påvist ny coronavirus.
- Alle, der har været inden for 2 meter i mere end 15 minutter med en person, der har fået påvist ny coronavirus, i en af nedenstående situationer, hvor der er øget risiko for smitte:
  - Aktiviteter med kraftig udånding som sang, høj tale eller råb
  - Aktiviteter, der indebærer fysisk anstrengelse
  - Ophold i lukkede rum med dårlig ventilation eller manglende udluftning

### Illustration af nære kontakter



*Den røde cirkel er den smittede person.*

*Den gule cirkel er nære kontakter til den smittede.*

*Den grønne cirkel er nære kontakter til de nære kontakter til den smittede.*

Hvis en af de nære kontakter til den smittede, dvs. en person i den gule cirkel, testes positiv for COVID-19, så rykker vedkommende ind i den røde cirkel, og vedkommendes nære kontakter fra den grønne cirkel rykker ind i den gule cirkel, og er nu "nære kontakter", som skal testes for COVID-19, og disse personers nære kontakter rykker ind i den grønne cirkel.

## Test af nære kontakter

Det anbefales som udgangspunkt, at alle som er nære kontakter bliver testet. Man kan fravælge at teste børn under 12 år, da der er børn, som ikke synes, det er særlig rart at blive testet, og hvor det kan være svært at få barnet til at samarbejde om at blive testet.

Når du får besked om, at du er nær kontakt til en person, der er smittet med COVID-19, skal du ringe til Coronaopsporingen på tlf. 32 32 05 11 for at få afklaret, hvilke dage du skal testes og for at få reserveret tests, samt for at få generel vejledning om, hvad det vil sige at være nær kontakt. Bestil derefter to tests på [coronaprover.dk](http://coronaprover.dk).

- **1. test:** Book tid til første test tidligst 4 dage efter, at du sidst var i nær kontakt med den smittede.
- **2. test:** Book tid til anden test 2 dage efter den første test. Hvis der er gået mere end 6 dage efter, at du sidst var i nær kontakt med den smittede, skal du ikke have to tests og behøver kun at booke tid til første test.

Forældre til **børn under 15 år** booker tid til test af barnet med forælders NemID på [www.coronaprover.dk](http://www.coronaprover.dk). Børn under 2 år skal henvises gennem egen læge.

**Personer over 14 år** booker tid med eget NemID på [www.coronaprover.dk](http://www.coronaprover.dk)

Husk at du skal blive hjemme, imens du venter på at blive testet, og imens du venter på svar fra begge tests.

### Brug af private antigenest/hurtigtest

Hvis du er nær kontakt, skal du ikke anvende antigenest/hurtigtest, da den er mindre følsom end PCR-testen og derfor ikke giver et lige så sikkert svar. Hvis du er nær kontakt, kan du kun vende tilbage til dagpleje på baggrund af en PCR-test.

## Tilbage til dagpleje

### En nær kontakt må komme tilbage i dagplejen:

- Når **både** 1. og 2. test er negativ
- Ved fravalg af test skal børn under 12 år være i selvisolation i 7 dage
- Ved fravalg af test skal børn/voksne på 12 år eller mere være i selvisolation i 14 dage

## Screeningstest ved tvivl og i særlige situationer

Der kan være særlige situationer, hvor kriterierne for at være nær kontakt ikke er opfyldt, men hvor andre risikofaktorer gør, at det anbefales at foretage en screeningstest for at undgå ukendt smitte. Dette er altså et ekstra supplement til kontaktopsporing af nære kontakter. Det kan f.eks. være i situationer, hvor afstandskravet som udgangspunkt er overholdt, men hvor der grundet risikofaktorer som langvarig kontakt i lukkede rum, eller evt. usikkerhed om afstand mv. kan være øget risiko for smittespredning. I disse situationer iværksættes der én screeningstest hurtigst muligt, som et ekstra tiltag for at undgå ukendt smittespredning.

Medarbejdere/børn, der skal screeningstestes, må gerne møde op i dagpleje, imens de venter på test og -svar.

Hvis man skal have foretaget en screeningstest, må man gerne anvende private antigentest/hurtigtest.

## Personer, som tidligere har haft COVID-19

### Hvis du har haft COVID-19 inden for de seneste 8 uger:

- Hvis du bliver **nær kontakt**, skal du ikke testes igen, da testen kan være positiv pga. inaktiv virus. Du skal ikke isolere dig og må gerne være i dagpleje, men du skal være ekstra opmærksom på, om du får symptomer.
- Hvis du bliver **nær kontakt og samtidig** igen får COVID-19-lignende **symptomer**, skal du gøre som andre, der ikke tidligere har været smittet. Dvs. du skal blive testet og isolere dig.

### Hvis der er gået mere end 8 uger, siden du havde COVID-19:

- Hvis du bliver nær kontakt, skal du gøre som alle andre. Dvs. du skal blive testet og isolere sig. Hvis du bliver testet positiv, er du at betragte som ny-smittet, og de personer, du har været i nær kontakt med, betragtes som nære kontakter, og proceduren kører som vanligt, hvor alle 'nære kontakter' sendes hjem til test.

## Børn, der deler husstand med en COVID-19-smittet

Hvis en person i barnets husstand er testet positiv for COVID-19, skal det vurderes, hvorvidt det er muligt for den smittede at selvisolere sig fra barnet.

Hvis den smittede kan selvisolere sig indtil raskmelding, gælder følgende for resten af husstanden:

- Én test hurtigst muligt (smitteopsporing)
- Herefter følges det generelle testinterval for nære kontakter, dvs. yderligere to tests på hhv. dag 4 og dag 6 efter sidste kontakt med den smittede. Barnet må møde op i dagpleje efter negativ test på dag 6.

Hvis den smittede ikke kan selvisolere sig, gælder følgende for resten af husstanden:

- Én test hurtigst muligt (smitteopsporing)
- Endnu en test, når den smittede person er raskmeldt. Dvs. endnu en test når den smittede har været symptomfri i 48 timer eller når den smittede har været hjemme i 7 dage, fra testen blev foretaget, hvis den smittede ikke har haft symptomer. Barnet må møde op i dagpleje efter negativ test.

Hvis barnet testes positiv, skal der laves smitteopsporing af nære kontakter i barnets dagpleje. Barnet må komme tilbage i dagpleje, når det har været symptomfri i 48 timer, eller når det har været hjemme i 7 dage, fra testen blev foretaget, hvis det ikke har haft symptomer.

Hvis barnet ikke bliver testet, skal barnet være hjemme i 7 dage, efter den smittede har isoleret sig eller fra alle i husstanden er raskmeldt. (Dette er 14 dage for personer, der er 12 år eller ældre). Vi opfordrer til, at alle lader sig teste, da det gør det muligt at smitteopspore.

## Dagplejere, der deler husstand med en COVID-19-smittet

Hvis en person i dagplejers husstand er testet positiv for COVID-19, skal den smittede hvis muligt selvisolere sig.

Hvis den smittede kan selvisolere sig indtil raskmelding, gælder følgende for resten af husstanden:

- Én test hurtigst muligt (smitteopsporing)
- Herefter følges det generelle testinterval for nære kontakter, dvs. yderligere to tests på hhv. dag 4 og dag 6 efter sidste kontakt med den smittede. Dagplejer må tilbyde pasning efter negativ test på dag 6.

Hvis den smittede ikke kan selvisolere sig, gælder følgende for resten af husstanden:

- Én test hurtigst muligt (smitteopsporing)
- Endnu en test, når den smittede person er raskmeldt. Dvs. endnu en test når den smittede har været symptomfri i 48 timer eller når den smittede har været hjemme i 7 dage fra testen blev foretaget, hvis den smittede ikke har haft symptomer. Dagplejer må tilbyde pasning efter negativ test.

Hvis dagplejer testes positiv, skal der laves smitteopsporing af nære kontakter i dagplejen. Dagplejer må først tilbyde pasning igen, når vedkommende har været symptomfri i 48 timer, eller når vedkommende har været hjemme i 7 dage, fra testen blev foretaget, hvis dagplejer ikke har haft symptomer.

Hvis dagplejer ikke bliver testet, skal dagplejer være hjemme i 14 dage efter, at den smittede har isoleret sig eller fra alle i husstanden er raskmeldte. Vi opfordrer til, at alle lader sig teste, da det gør det muligt at smitteopspore.

## Hvis du har tilmeldt dig Sundhedsstyrelsens smitteopsporings-app SmitteStop

Hvis du har tilmeldt dig smittestop-app'en, og den fortæller dig, at du har været i kontakt med en smittet, skal du booke tid til test. Du må gerne tage på arbejde, imens du venter på test og –svar. Du må i dette tilfælde gerne benytte private antigenest/hurtigtest.

## Særligt i forhold til nære kontakter til personer smittet med virusvarianter (fx B.1.1.7)

For nære kontakter til personer, som er påvist smittet med en virusvariant (fx B.1.1.7), gælder de samme retningslinjer for test, isolation og tilbagevendelse som for øvrige nære kontakter. Dog er der én forskel ift. smitteopsporing:

- Hvis du er nær kontakt til en person, der er testet positiv med en virusvariant (f.eks. B.1.1.7), og du udvikler symptomer i løbet af isolationsperioden, skal der iværksættes kontaktopsporing med det samme. Dette gælder også, selvom du ikke har fået svar på dine tests endnu.

SST har udgivet en ny version af deres pjece til nære kontakter:

<https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Test/Naer-kontakt-pjece.ashx?la=da&hash=94E99D2A8F410BDF03C44BF92058D9D3A7ABEA2E>

## Vaccinerede mod COVID-19

For vaccinerede gælder samme retningslinjer som for alle andre. De skal derfor fortsat holde afstand, bruge mundbind og holde god hygiejne, fx ved aflevering og hentning. Hvis de udvikler symptomer eller bliver nær kontakt til en smittet, anbefales fortsat isolation og test. Det skyldes især, at der er en lille risiko for, at man kan blive smittet, selvom man er fuldt vaccineret. Det er heller ikke dokumenteret endnu, om vaccinerne forebygger, at den vaccinerede kan bære virus og dermed smitte andre.

## Den kommunale coronarådgivning

Den kommunale sundhedstjeneste rådgiver om COVID-19 alle ugens 7 dage. Fx vejledning om sundhedsfaglige retningslinjer samt smitteopsporing og hjemsendelse af børn/elever/medarbejdere.

### Kontakt

Tlf.: 23 37 91 49

Mail: corona@mbu.aarhus.dk

### Åbningstider

Mandag-fredag kl. 07:30-15:00

Lørdag-søndag kl. 10:00-13:00

Henvendelser i weekenden bør kun ske, hvis det haster, eksempelvis ved vejledning om hjemsendelse af børn/elever/medarbejdere fra mandag morgen, fordi de er nære kontakter til en smittet.



## Link til Sundhedsstyrelsens pjecer

- Sundhedsstyrelsen: Har dit barn symptomer, der kan være COVID-19, eller er der smitte i dit barns dagtilbud eller skole?
- Sundhedsstyrelsen: Til dig, der er testet positiv for ny coronavirus
- Sundhedsstyrelsen: Til dig, der har symptomer på COVID-19
- Sundhedsstyrelsen: Til dig, der er nær kontakt til en person, der er smittet med ny coronavirus