

COVID-19 – veiledning til ansatte og vikarer i Legeformidling AS (oppdatert 16.10.2020)

Vi følger [COVID-19 forskriften](#) og forholder oss til reiseråd og veiledere fra FHI.

- Ansatte og vikarer som i løpet av siste 10 dager har vært i regioner og land utenfor Norge som ikke er omfattet av karanteneplikten («grønne» eller «gule» områder), skal informere arbeidsgiver om dette før de skal på jobb.
- Vi anbefaler alle våre vikarer at de testes én gang for SARS-CoV-2 før de reiser til oppdrag for Legeformidling, og at de ikke kan starte oppdrag med pasientnært arbeid før negativ test foreligger.
- Deretter følges dette opp med en test nummer to på oppdragsstedet i løpet av 5 dager, men ikke før 2 dager etter oppdraget har startet. Innen test nummer to foreligger med negativt resultat skal leger med pasientnært arbeid benytte munnbind og vikaren har karantene på fritiden inntil begge testene viser negativt resultat.
- Vikarer som er i eller har oppholdt seg i land eller regioner som er definert som «røde» i 10 dager før oppdraget skulle starte, bemannes ikke. Vikarer som har vært i «røde» områder skal være i karantene i 10 dager før de kan bemannes.
- Personer som ved godkjent laboratoriemetode kan dokumentere at de i løpet av de siste seks månedene har gjennomgått covid-19 er unntatt fra karanteneplikten.

Dersom vikarer kommer til Norge fra:

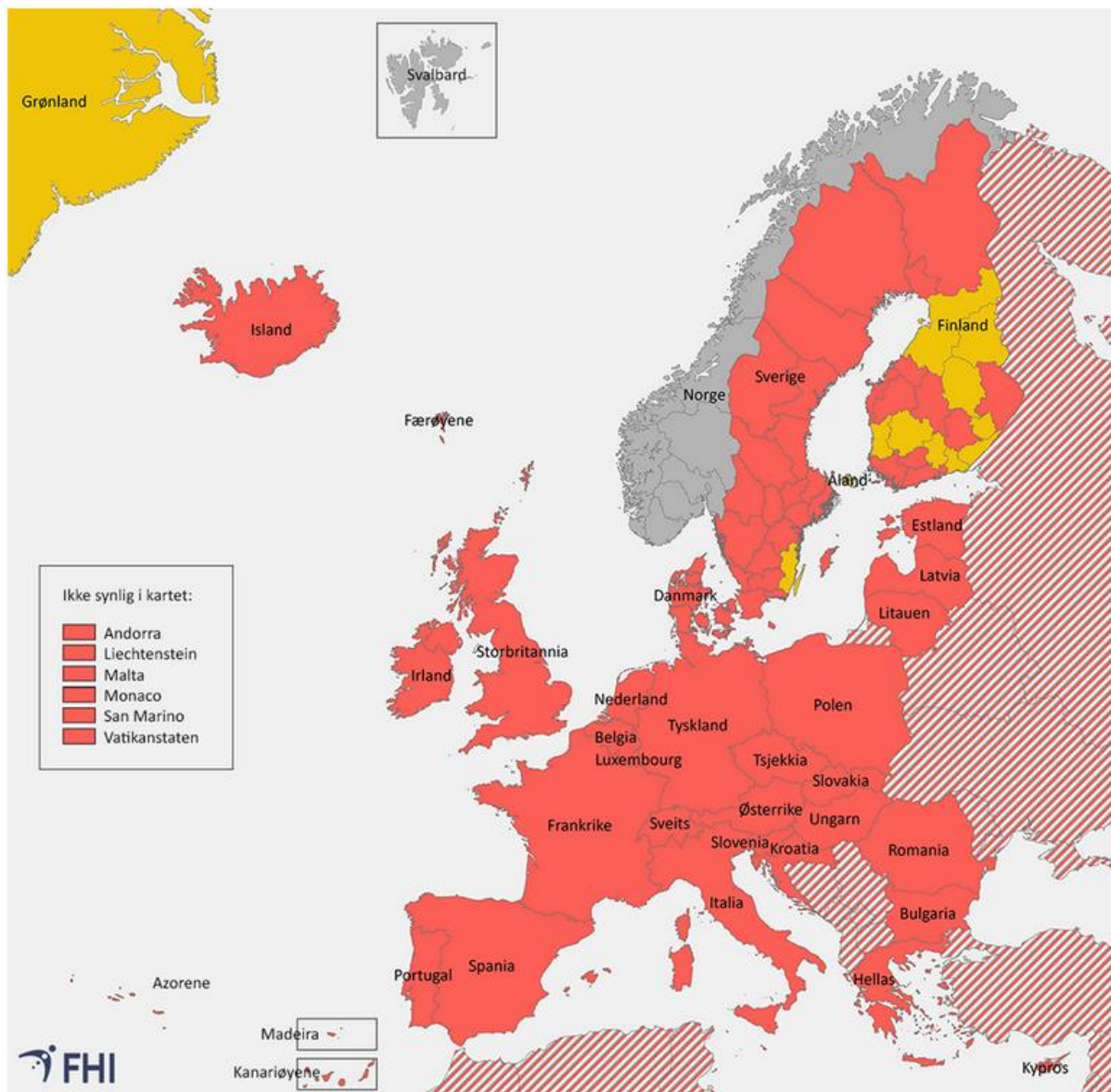
- et «grønt/gult» område, slipper karantene.
- et «rødt» område, må i karantene.
- et "skravert område", må i karantene.

Skravert område er ikke evaluert eller det finnes ikke tilstrekkelig data om smittepress. Inntil videre må du i karantene hvis du kommer til Norge fra disse landene.

I «grønne/gule» områder er smittepresset vurdert å være så lavt at vi kan krysse grensene inn til Norge uten innreisekarantene. I området merket med rød farge er smittepresset høyere. Dersom du kommer fra et slikt område, må du i reisekarantene. Ved ankomst til landet bør du dra rett til egnet sted for å gjennomføre karantenen, fortrinnsvis med egen transport. Hvis du blir nødt til å oppholde deg på et offentlig sted eller ta offentlig transport, bør du ha på munnbind til du er framme.

De ulike helseforetakene har også innført en **sjekkliste** for alle egne ansatte og vikarer, som skal fylles ut og følges opp, før ansatte kommer på jobb eller vikarer starter oppdrag. Videre så følger Legeformidling de samme **reiseråd** som UD publiserer, med FHI sine anbefalinger.

Gule og Røde områder per 17.10.2020



Områder som er omfattet av karantene ved innreise til Norge fra 17. oktober 2020. Regjeringens råd er å unngå alle ikke-nødvendige reiser til utlandet. Rød farge = høy smittespredning og du må i karantene ved innreise til Norge. Gul farge = økt risiko, du må ikke i karantene ved innreise til Norge, Rød farge skravert = ikke evaluert eller ikke tilstrekkelig data om smittespredning, du må i karantene ved innreise til Norge. Norge er merket grått på kartet fordi det ikke er gjenstand for vurdering av råd for internasjonale reiser. Folkehelseinstituttet

Se vedlagte **sjekkliste** og **reiseråd**, som våre ansatte og våre vikarer må følge.

Reiseråd og karantenekrav

Fra 20. juli 2020 er det nye reiseråd fra myndighetene og de fire helseregionene i Norge har kommet med felles anbefalinger til helsepersonell og andre ansatte som vurderer utenlandsreiser i sommerferien:

1. Helseministeren anbefaler generelt å ta ferie i Norge i år. Vi slutter oss til denne anbefalingen.
 2. All reiseaktivitet til land/områder med lav smitterisiko («grønne» eller «gule» land/områder som er unntatt karanteneplikt), skjer på eget ansvar. Under de rådende forhold ber arbeidsgiver om at alle ansatte nøye vurderer både behovet for å reise og hvilke forholdsregler man bør ta når man velger å reise til de enkelte land/områder.
 3. Reiser til land/områder med forhøyet smitterisiko («røde» land/områder med karanteneplikt) frarådes. Dersom ansatte likevel mener at de har viktige grunner for å reise til slike land/områder, ber vi om at reisen først drøftes med nærmeste leder.
 4. Hvis ansatte velger å reise til «røde» land/områder med karanteneplikt, ber vi om at de på forhånd redegjør for hvordan karantenetiden vil bli gjennomført slik at plikter og ansvar i arbeidsforholdet ikke rammes unødig. Karantenetiden er i dag på ti dager.
 5. Karantenetiden skal primært planlegges som en del av feriefraværet. Dersom karantenetiden ikke inngår i det avtalte feriefraværet, må ansatte gå i karantene uten lønn (ulønnet permisjon). Det er reiserådene på utreisetidspunktet som er avgjørende for dette, det vil si at det gjelder reiser til «røde» land/områder på utreisetidspunktet.
 6. Hvis ansatte får luftveissymptomer etter en reise, innenlands eller utenlands, skal de testes for Sars-CoV-2 og holde seg hjemme til de er symptomfrie. Det oppfordres til testing selv ved milde symptomer eller vag mistanke om smitte.
 7. Ansatte bes informere arbeidsgiver dersom de har vært på reise i land som ikke er omfattet av karanteneplikt («grønne» eller «gule» land/områder) i løpet av siste 10 dager før de skal tilbake i jobb. Disse ansatte skal som hovedregel testes for Sars-CoV-2 før oppstart i jobb. Ansatte som blir testet skal bruke munnbind eller unngå pasientnært arbeid inntil negativ test foreligger.
- [Oversikt over grønne, gule og røde land finner du på Folkehelseinstituttets nettsted](#)
 - [Du finner hele dokumentet med nye reiseråd i forbindelse med koronapandemien her](#)
 - [Du finner Folkehelseinstituttets anbefaling for spesialisthelsetjenesten her](#)
 - [Du kan følge med på Utenriksdepartementets info om om reiser og koronavirus](#)
 - [Du kan lese mer om reiseråd på helsenorge.no](#)
 - [På Helsedirektoratets nettsted kan du lese mer om karantenekravene i forbindelse med koronapandemien](#)
 - [På lovdata.no kan du lese forskriften om karantene for innreisende til Norge](#)
 - [På Sykehusinnkjøp sine sider finner du mer informasjon om beredskap i forbindelse med Covid-19 pandemien](#)

Råd til ansatte i spesialisthelsetjenesten

- Alle ansatte med symptomer på covid-19 skal holde seg hjemme og [testes raskest mulig](#).
- Ansatte, inklusive nyansatte og vikarer, som i løpet av de siste 10 dagene har vært i "[røde](#)" [områder](#), har [karanteneplikt](#).
- Ansatte, inklusive nyansatte og vikarer, som i løpet av de siste 10 dager har vært i regioner og land utenfor Norge som [ikke er omfattet av karanteneplikt](#) ("gule" områder), bør informere arbeidsgiveren før de skal gjeninntre/tiltre i jobb. Det anbefales at disse så snart som mulig testes én gang for SARS-CoV-2, og at de ikke har pasientnært arbeid før negativ test foreligger.
- For ansatte som ikke har pasientnært arbeid, og som i løpet av siste 10 dager har vært i «gule» områder, kan det gjøres en lokal vurdering av arbeidsgiver om de kan gjeninntre/tiltre i jobb uten testing
- Når det gjelder pasienter som i løpet av de siste 10 dagene har vært i "gule" regioner og land utenfor Norge, og [som ikke har karanteneplikt](#), anbefales testing bare hvis de har symptomer på covid-19 eller kan ha vært nærkontakt til en smittet person.
- Ansatte og pasienter som møter [definisjonen av nærkontakter](#) følges opp videre i tråd med råd gitt i [Oppfølging av nærkontakter](#).
- Ansatte følger basale smittevernrutiner og generelle råd om hoste- og håndhygiene. Håndhygiene skal gjennomføres før man går inn i og før man forlater sykehuset, en avdeling, et pasientrom og andre rom, slik som undersøkelses-/behandlingsrom.
- Ansatte bør holde avstand (minst 1 meter) til andre i venterom og felles behandlings- og oppholdsrom. Husk avstand mellom kollegaer hvis mulig.
- Organiser konsultasjoner slik at det unngås at flere pasienter oppholder seg på venterommet samtidig, for eksempel ved å legge inn pause mellom hver pasient.
- Håndhilsning og unødvendig fysisk kontakt bør unngås.
- Ansatte bør nøye følge alle innlagte pasienter som kan ha vært utsatt for sars-CoV-2-smitte. Ved utvikling av symptomer, også milde, følges råd gitt for pasienter med påvist covid-19.
- Ved kontakt med pasienter som har vært på utenlandsreise de siste 10 dagene, bør ansatte ha økt oppmerksomhet på symptomer på covid-19. Dette gjelder også regioner og land som [ikke er omfattet av karanteneplikt](#) («gule områder»).

Nyttige lenker

FHI, tema korona:

<https://www.fhi.no/sv/smittsomme-sykdommer/corona/>

FHI, reiseråd

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/reiserad-knyttet-til-nytt-koronavirus-coronavirus/>

FHI, karantene

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/avstand-karantene-og-isolering/>

FHI, veiledere

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/>

Helsedirektoratet

<https://www.helsedirektoratet.no/tema/beredskap-og-krisehandtering/koronavirus>

Helse Sør-Øst RHF

<https://www.helse-sorost.no/>

Helse Vest RHF

<https://helse-vest.no/>

Helse Midt RHF

<https://helse-midt.no/>

Helse Nord RHF

<https://helse-nord.no/>