

Til landets kommuneleger,  
Kopi til landets fylkesmenn

Deres ref.:

Vår ref.:  
20/10546-5

Dato:  
19.03.2020

## **Oppdatering om covid-19 – andre brev**

### **Kjære kolleger.**

Det gjøres nå et enormt omfattende og krevende smittevernarbeid i alle ledd av det norske helsevesenet i Norge. Landet ser ganske annerledes ut nå enn da dette brevet ble påbegynt for få dager siden. På Folkehelseinstituttet har vi i lang tid jobbet døgnet rundt, og det vet vi at mange av dere også har gjort. Ny kunnskap, nye forskrifter og påfølgende endringer kommer i et forrykende tempo. Endringer på ett felt påvirker andre felt, og det er derfor vanskelig å gi så raske, entydige og koordinerte råd i alle kanaler som vi ønsker.

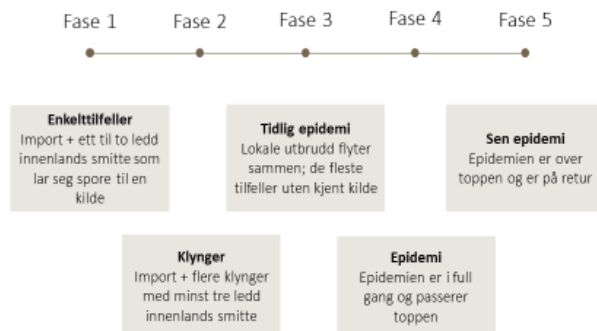
Vi vil med dette orientere dere om hovedpunktene i en ny risikovurdering, informere om endringer i våre råd de siste dagene, minne om hvordan vi kan støtte dere og komme med et par oppfordringer.

### **Situasjonsbeskrivelse og risikovurdering**

Smitteverntiltak har ulik effekt i ulike faser av en epidemi, slik figurene under viser. Faseovergangene kan komme på ulike tidspunkt i de ulike kommunene.

I første fase kan alle tilfeller spores ut av landet. Da er det reiserelaterte tiltak og smitteoppsporing og oppfølging av eksponerte som virker. I den første fasen, før det er smitte innad i befolkningen, har det ingen positiv effekt med skolestenging osv., bare negative effekter på samfunnet. Når det er smitte innad i befolkningen, har sosial distansering og å redusere kontakthypighet effekt. I alle fasene vil hygienetiltak være helt sentrale.

## Faser i en epidemi



## Tiltak i ulike faser

|                               | Fase 1          | Fase 2  | Fase 3         | Fase 4  | Fase 5      |
|-------------------------------|-----------------|---------|----------------|---------|-------------|
|                               | Enkelttilfeller | Klynger | Tidlig epidemi | Epidemi | Sen epidemi |
| God hygiene i befolkningen    | Grønn           | Grønn   | Grønn          | Grønn   | Grønn       |
| Reiserelaterte tiltak         | Grønn           | Gul     | Rød            | Rød     | Rød         |
| Tidlig oppdaging og isolering | Grønn           | Grønn   | Gul            | Gul     | Gul         |
| Oppfølging av eksponerte      | Grønn           | Gul     | Rød            | Rød     | Rød         |
| Redusere kontakthypighet      | Rød             | Gul     | Grønn          | Grønn   | Grønn       |

Grønn: relevant

Gul: vurderes

Rød: ikke relevant

Les ny risikovurdering: [Covid-19-epidemien: risikovurdering og respons i Norge - FHI](#).

Her skriver vi blant annet:

*Hva kommer til å skje?*

*Vi har i et par uker vært i en fase med importerte tilfeller og begrenset videre smitte fra disse. Vi er nå i en fase med klynger av innenlands smitte noen steder i landet og noen tilfeller som vi ikke kan spore tilbake til utlandet eller kjente smittetilfeller i Norge. Vi tror dette vil vare noen dager eller få uker til før hovedbølgen begynner for alvor i noen deler av landet. Deretter vil epidemien treffe hele landet og i løpet av mange uker nå en topp og så gå tilbake, kanskje utpå høsten eller vinteren en gang. Da vil en stor del av befolkningen ha gjennomgått sykdommen.*

*Vi har bedt helsetjenesten planlegge for at 14 % av befolkningen (733 00 mennesker) blir syke, at 22 000 av dem trenger sykehusbehandling, og at 5 500 trenger intensivbehandling.*

## Nye anbefalinger

Vi er nå i en fase hvor vi vet det finnes spredning i samfunnet. Det er derfor gitt generelle råd om sosial distansering for å bremse spredningen.

Presisering av råd om sosial distansering: [LENKE](#)

Svært viktig nå er at alle med feber eller symptomer på luftveisinfeksjon må holde seg hjemme. Dette er en stor gruppe som inkluderer alle barn som snufser og alle med vondt i hodet. Langt de fleste av disse (ca 90% av de som testes nå), har *ikke* Covid- 19. Fordi Covid- 19 kan gi diffuse og lette symptomer, og vi ikke har kapasitet til å teste hele denne store gruppa, gir vi et generelt råd om at de skal holde seg hjemme til ett døgn etter symptomfrihet. Dette er kortere enn dersom covid-19 er påvist. Foreløpige funn tyder på at man er mest smittsom tidlig i sykdomsforløpet og raskt blir mindre smittsom når symptomene er borte. Det vurderes om også isoleringsperioden for covid-19 kan reduseres.

Det er ikke kapasitet til å teste alle. Testkapasiteten målrettes nå mot de mest sårbare og helsepersonell som skal behandle disse. Kriterier for testing: [LENKE](#)

Helsedirektoratet har gitt pålegg om at alle som har vært på reise utenfor Norden i perioden etter 27. februar skal holde seg i hjemmekarantene i 14 dager etter hjemkomst: [LENKE](#) Denne gruppa blir ikke prioritert for testing da resultatet ikke vil påvirke tiden i karantene.

Smitteoppsporing og oppfølging av kontakter er et veldig viktig tiltak i tidlig fase av for å bremse utbruddet, med avtakende betydning utover i forløpet. Vi vet at dette er svært ressurskrevende og vi vurderer fortløpende hvor lenge dette arbeidet skal pågå. Vi har nå stoppet med smittesporing på fly. ECDC og flere land har gjort en vurdering og funnet at dette har liten tilleggsverdi i situasjonen nå.

Råd om kontaktsporing og oppfølging av kontakter: [LENKE](#)

### **Tilgjengelig støtte fra FHI**

Folkehelseinstituttets smittevernavdelinger gjør i disse dagene sitt aller ytterste, blant annet for å støtte kommunelegene i deres smittevernarbeid lokalt. Vi får mange nyttige innspill fra dere som vi tar hensyn til og videreformidler i møte med andre beslutningstakere.

#### *-Logg for oppdateringer i Koronaveilederen*

Det skjer stadige endringer i Koronaveilederen, blant annet etter tilbakemeldinger fra dere. Forhåpentligvis kan ny [logg](#) over dagens oppdateringer gjøre det lettere å følge med.

#### *-Fagseminar om covid-19, 12 mars*

Fagseminaret ble gjennomført via streaming, og presentasjonene er tilgjengelige på youtube: [LENKE](#)

#### *-Smittevernvakta, telefon 21076348.*

Smittevernvakta-laget er midlertidig mangedoblet med mange nye som besvarer korona-spørsmål. Vi vet at det ofte er kø på linja. Hvis de som sitter i førstelinja ikke kan svare på spørsmål, vil vedkommende konferere med en erfaren smittevernvakta som alltid vil være tilgjengelig. Spørsmål fra helsepersonell om egen sykdom, sykefravær eller sykdom hos familie vil heretter bli henvist til egen leder, publikumstelefon eller egen lege.

### **Varsling og melding av tilfeller**

Mange lurer på hvordan de skal varsle tilfeller av covid-19 til FHI. Inntil videre må alle bekreftede tilfeller og dødsfall varsles til FHIs smittevernvakta på telefon 21076348. For alle varslede tilfeller fram til og med 9. mars, ber vi dere om å fullføre og sende inn spørreskjema del 1-3. Dere trenger ikke ta med informasjon om nærkontakter. Veiledning for innsendelse av skjema til FHI finnes [her](#). Dersom noen mangler spørreskjema, kan dere kontakte [utbrudd@fhi.no](mailto:utbrudd@fhi.no). Vi minner om at bekreftede tilfeller også er meldingspliktige til MSIS. Vi er klar over at dere bruker mye tid på varsling til oss, og jobber derfor med å få på plass en elektronisk løsning for melding i MSIS, som vil være tilgjengelig innen kort tid. Mer informasjon om kriterier for melding og varsling av covid-19 er finnes på våre [nettsider](#).

## Noen oppfordringer

- *Målrett innsatsen*

Arbeidsoppgavene kan bli overveldende, også etter at alle mulige tilgjengelige ressurser er mobilisert, og innsatsen må da målrettes. Hvis det er noen av våre råd som blir for arbeidskrevende å følge til punkt og prikke, gjør det viktigste først, og prioriter de mest sårbare gruppene! For eksempel, hvis du ikke kan følge opp alle kontakter, prioriter de nærmeste, og hvis du ikke kan følge opp alle, prioriter de som er alene i hjemmeisolering.

*Husk å informere kommunelegen i bostedskommunen om personer i hjemmeisolering og karantene*

Det er nå mange som settes i hjemmeisolering og karantene. Noen er syke, redde og opplever mediepress eller andre belastninger. Kommunelegen i bostedskommunen skal være orientert for å kunne følge dem opp de som er i hjemmeisolering og karantene. Så husk å informere hverandre!

*Ikke bidra til ubegrunnede tiltak*

Innreiseregler og karantene mellom kommuner og landsdeler anses å ha liten effekt på smittespredningen i Norge nå. Både fordi det vil ha liten tilleggseffekt til de tiltakene som allerede er innført, og fordi vi vet for lite om den reelle forskjellen i smittespredning i kommunene.

- *Bidra til å unngå stigmatisering*

Smittefrykt kan være en sterk kraft. Det er viktig at vi nå alle bidrar til at ikke enkeltpersoner eller grupper blir stigmatisert.

- *Pass på hverandre og dere selv!*

Dette er ikke over med det første, og dere blir også viktige i de neste fasene.

**Tusen takk til alle som nå gjør en fantastisk innsats landet over!**

Vennlig hilsen

Line Vold  
Avdelingsdirektør

Preben Aavitsland  
Overlege

Trude Margrete Arnesen  
Overlege