

## Rutin för att stanna hemma från jobbet under covid-19 pandemin

Utfärdare: Anders F Johansson, hygienöverläkare

Fastställande: 2020-03-20, version 3.

Dokumentet gäller för anställda och studerande inom hälso-, sjuk- och tandvård i Region Västerbotten. Regionen rekommenderar att kommunerna i Västerbotten följer dessa rutiner på sina arbetsplatser, särskilt inom vårdmiljöer.

### Bakgrund

Symtom vid covid-19 är kan vara ganska olika. De tre viktigaste är:

- Ihållande hosta som uppkommit de senaste dagarna och/eller
- Feber (mer än 38,0°C)
- Andfåddhet

Andra symptom som förekommer är ont i muskler som vid influensa med trötthet, ont i halsen och rinnande näsa.

Viruset som orsakar covid-19 sprids från sekret i luftvägarna liksom många andra luftvägsvirus. Virusmängden är störst tidigt under sjukdomsförloppet. Därför sprids luftvägsvirus särskilt effektivt från nyinsjuknade personer som behöver snyta näsan ofta eller hostar ofta. Den som är svårt sjuk sprider mer virus än den som har lindrig sjukdom.

***Denna rutin finns för att medarbetare eller studenter inte ska smitta någon annan person på arbetsplatsen. En enkel tumregel för att bedöma risken att sprida virus på arbetsplatsen är att nytillkommen lätt rinnande näsa är en mycket liten risk medan kraftigt rinnande näsa och/eller nytillkommen ihållande hosta är en stor risk. Den som bara har lätta symptom och noga följer basala hygienrutiner på arbetet kan därför arbeta med låg risk för att sprida smitta på arbetsplatsen. Observera att covid-19 sprids allra lättast vid nära kontakt mellan människor som till exempel inom familjen. Erfarenheter från vårdmiljöer är att det varit betydligt vanligare med spridning av covid-19 från personal till personal än från patient till personal. Därför är det viktigt att ha bra hygienrutiner inte bara i patientmöten utan även i till exempel personalrum.***

### Syfte

Minska risk för spridning av covid-19 i Region Västerbottens arbetsmiljöer, och särskilt vårdmiljöer.

### Målgrupp

Anställda och studerande inom region Västerbotten.

## Genomförande

### **Kriterier för att stanna hemma och kontakta sin närmaste chef**

Akut insjuknande med luftvägssymtom och feber, eller ett av dessa symtom. Endast lätt rinnande näsa eller enstaka hostningar räknas inte som akut insjuknande.

Man stannar hemma i minst 7 dagar. Dagen för första symtom räknas som dag 1.

### **Kriterier för återgång i arbete/studier**

- Kan ske dag 8 efter insjuknandet om man de två senaste dagarna varit feberfri. Den som har fortsatt feber fortsätter stanna hemma och söker vid behov vård.

#### **Eller**

- Kan ske om hosta är det enda kvarstående symtomet på dag 8 efter insjuknandet. Långvarig kvarstående hosta är normalt efter virusorsakade luftvägsinfektioner.

### **Provtagning för covid-19 hos medarbetare som stannat hemma från jobbet**

Observera att medarbetare med svårare symtom med t ex hög feber och tilltagande andfåddhet ska söka akut sjukvård liksom andra människor.

Inom vissa prioriterade verksamheter tas laboratorieprov på medarbetare som stannar hemma för från jobbet för att snabbare kunna avgöra frågan om återgång till arbete. Till prioriterad kritisk verksamhet med avseende på covid-19 räknas för närvarande **intensivvård, thoraxkirurgisk intensivvård och neonatalvård samt akutmottagningar och medicinkliniker i hela länet**. Medarbetare inom dessa **verksamheter** ska på närmaste vardag efter symtomdebut kontakta hygiensjuksköterska på Vårdhygien som hjälper till med att planera provtagning. Hygiensjuksköterskan bedömer om det trots negativt provsvar finns risk med återgång i arbete. Vid positivt provsvar ska det ske en ytterligare bedömning av både chef och Vårdhygien.