

# Smittevern­faglig forsva­rlig drift i helsevirksomheter med én-til-én kontakt (covid-19)

Nasjonale veileder

---

Først publisert: 19. april 2020

Sist faglig oppdatert: 20. april 2020



# Innhold

1. Målgruppe, formål og ansvar ..... 3
2. Råd til virksomhetene ..... 5

## KAPITTEL: 1

# Målgruppe, formål og ansvar

---

### Hvem gjelder veilederen for?

Veilederen er førende for innholdet i de grunnleggende kravene til smittevern som gjelder for virksomheter inkludert i § 16 i Covid-19-forskriften:

- a. fysioterapeuter, herunder manuellterapeuter
- b. kiropraktorer
- c. optikere
- d. fotterapeuter
- e. logopeder
- f. psykologer
- g. virksomheter som tilbyr alternativ behandling
- h. andre virksomheter utenfor spesialisthelsetjenesten som tilbyr tjenester som ikke anses som nødvendig helsehjelp

Veilederen gjelder også for helsetjenesten for øvrig.

**NB!** Veilederen gjelder også for tannhelsepersonell. I tillegg har det blitt utarbeidet [egne anbefalinger for tannhelsetjenesten, publisert i koronavirus-veilederen](#).

---

### Informasjon og veiledere om Covid-19

Informasjon om Covid-19 finnes på [Folkehelseinstituttets nettsider](#). Spørsmål og svar finnes også på [HelseNorge.no](#). De helsetjenester som har primæroppgaver som omfatter undersøkelse for, behandling og pleie av pasienter med Covid-19, er omtalt i [FHIs koronaveileder](#). Helsetjenester skal følge de smittevernråd som gis i koronaveilederen. Se også Helsedirektoratets veileder [Koronavirus - beslutninger og anbefalinger](#).

Flere koronaressurser:

- [Håndhygieneveilederen](#)
- [Anbefalt avstand](#)
- [Risikogrupper](#)
- [Forebygging av infeksjoner i helsetjenesten](#)
- [Arbeidstilsynet om tiltak i arbeidslivet](#)

## Formål med veilederen

I dette dokumentet gis det råd om hvordan virksomheter på en forsvarlig måte kan ivareta smittevernet og forebygge tilfeldig eksponering og spredning av det nye koronaviruset (SARS-CoV-2). Selv om de anbefalte smitteverntiltakene gjennomføres, kan tilfeller av Covid-19 oppstå. De anbefalte tiltakene vil bidra til å begrense smittespredning.

---

## Ansvar

Det er den enkelte virksomhet som er ansvarlig for å vurdere om behandlingen tilfredsstillende grunnleggende krav til smittevern, og dermed kan tilbys. Den enkelte virksomhet må selv vurdere hvordan tiltakene skal tilpasses deres virksomhet og lokale forhold. I tillegg til smitteverntiltakene som beskrives nedenfor, skal de krav og rutiner som normalt gjelder for virksomheten følges. Det vises også til [forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring i helse- og omsorgstjenesten](#).

---

## Hvordan smitter koronavirus?

Koronavirus (SARS-CoV-2) smitter først og fremst via dråper fra luftveiene til en smittet person, som produseres når vedkommende prater, hoster eller nyser (dråpesmitte). Slike dråper og partikler faller raskt til bakken. De fleste dråper vil falle ned innen to meter.

SARS-CoV-2 kan også smitte ved at man får virus på hendene og derfra overføres det til slimhinner i øyne, nese eller munn (kontaktsmitte). Virusets smitte via aerosoler fra luftveiene. Derfor må adekvat smittevernsutstyr benyttes ved antatt aerosolgenererende prosedyrer. Les mer på [FHIs nettsider](#).

Personer er mest smittsomme når de har symptomer, men kan også være smittsomme like før symptomene bryter ut. God hostehygiene og det å holde anbefalt avstand er derfor avgjørende tiltak for å begrense risikoen for dråpesmitte. God håndhygiene og spesielt det å unngå å ta seg i ansiktet med urene hender, er viktig for å hindre kontaktsmitte.

## KAPITTEL: 2

# Råd til virksomhetene

---

### Råd

## Oppmøte og avstand i lokalene

Råd om oppmøte og avstand i lokalene:

- Alle ansatte må vurdere egen helsetilstand med hensyn til symptomer på akutt luftveisinfeksjon, og unngå å gå på jobb hvis de tror de kan være syke. Ansatte skal forlate arbeidsstedet umiddelbart dersom de utvikler infeksjonssymptomer.
- Konsultasjoner for pasienter/brukere som har symptomer på eller har konstatert luftveisinfeksjoner, er hjemmeisolert eller i hjemmekarantene, skal gjennomføres via telefon/videokonsultasjon. Informasjon om dette bør gis både ved timebestilling og i SMS-påminnelse om timeavtalen.
- Vurder om fysisk konsultasjon er nødvendig, eller om videokonsultasjon eller lignende kan benyttes.
- Helsevirksomheten bør informere pasienter/brukere med behov for ledsager om å begrenses antallet til et minimum, fortrinnsvis én person. Råd om distanse gjelder ikke mellom pasient/bruker og ledsager.
- Det bør tilrettelegges for anbefalt avstand mellom personer som oppholder seg i lokalene. Dersom det er vanskelig å tilrettelegge for avstand, bør det vurderes å omstrukturere driften. Dette kan for eksempel gjøres ved at de ansatte jobber til forskjellige tider eller ved å legge inn pauser mellom hver pasient. Ommøblering eller å sette opp fysiske barrierer kan vurderes.

### Råd

## Personlig hygiene og fysisk kontakt

Råd om personlig hygiene og fysisk kontakt:

- Unngå håndhilsning og annen unødvendig fysisk kontakt. Dette omfatter spesielt nær ansikt-til-ansikt kontakt.
- Det må tilrettelegges for håndhygiene, enten håndvask eller hånddesinfeksjon, både for ansatte, pasienter/brukere og eventuelle ledsagere.
- Behandlere skal unngå bruk av ringer, klokker og lignende smykker som kan medføre dårligere håndhygiene, se [Håndhygieneveilederen](#).
- Vurdér hvilke felles berøringspunkter som finnes i virksomheten og om kontakthyppheten kan reduseres, eks. kontantløs betaling, automatisk døråpner mm.
- Utstyr som er brukt rengjøres/desinfiseres som normalt mellom hver pasient.

- Dersom en pasient utvikler symptomer på akutt luftveisinfeksjon under behandling skal pasienten få på seg munnbind og behandling avsluttes.
- 

#### Råd

## Krav til ledere i virksomheter som yter helse- og omsorgstjenester

Krav til ledere i virksomheter som yter helse- og omsorgstjenester:

- Leder skal sørge for systematisk styring av virksomheten, herunder at virksomheten ivaretar grunnleggende krav til smittevern. Se [forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring i helse- og omsorgstjenesten](#).
  - Leder skal sørge for at ansatte har nødvendig kunnskap om gjeldende smittevernråd og legge til rette for at disse kan følges.
- 

#### Råd

## Venterom

Råd om venterommet:

- Heng opp informasjon til pasienter og arbeidstakere om råd for å unngå smitte, se [plakater og informasjonsmateriell](#).
  - Pasienter/brukere og eventuelle ledsagere bør gjennomføre håndvask/hånddesinfeksjon når de ankommer lokalet og etter at behandlingen er ferdig.
  - Legg til rette for at så få personer som mulig oppholder seg i venteområdet samtidig. Vurdér å legge inn en pause mellom hver pasient, slik at pasienter ikke trenger å bruke venterom.
  - Er det flere pasienter i venterommet samtidig bør det sørges for anbefalt avstand (over tid, ikke kun når pasienter passerer hverandre). Avstand kan f.eks. markeres med tape på gulvet. Ommøblér lokalet hvis nødvendig.
  - Unngå gjenstander/kontaktpunkter i venteområder og i lokaler for øvrig som ikke er nødvendige for driften, slik som for eksempel lesestoff.
  - Unngå servering av mat og drikke.
- 

#### Råd

## Rengjøring

#### Råd om rengjøring:

- Det anbefales daglig rengjøring og utlufting av lokalet. Ordinære rengjøringsmidler kan benyttes.
- Lokale renholdsrutiner bør gjennomgås med tanke på organisering, ansvar og ressursbehov og om det er behov for å gjøre tilpasninger.
- Dørhåndtak, toaletter, vaskeservanter, betalingsterminaler, trappegelendre, armlener og andre gjenstander eller kontaktflater som berøres ofte, bør rengjøres hyppig.
- Ved synlig søl av organisk materiale (blod og andre kroppsvæsker), fjernes sølet med absorberende materiale (cellestoff) og området rengjøres før desinfeksjonsmiddel påføres. Desinfeksjonsmiddelet må påføres med klut. SARS-CoV-2 er følsom for desinfeksjonsmidler som alkohol 70 % til teknisk desinfeksjon. Husholdningsklor kan også benyttes i konsentrasjonen minimum 1000 ppm (Klorin (4%) 1.25 dl i 5 liter vann).
- Vær ekstra oppmerksom på hygiene rundt kjøkken/spiserom. Håndhygiene skal utføres før og etter at ansatte benytter kjøkken/spiserom.
- Håndtering av tekstiler og avfall følger ordinære rutiner for helsevirksomheten.
- Følg ordinære rutiner for avfallshåndtering.

---

#### Råd

### Bruk av beskyttelsesutstyr

#### Råd om bruk av beskyttelsesutstyr:

- Virksomhetens normale rutiner for bruk av beskyttelsesutstyr følges. Det er ikke smittevernfarelig behov for beskyttelsesutstyr i kontakt med en pasient som ikke har mistenkt eller bekreftet Covid-19, med mindre det gis spesifikke råd om dette fra kommunelegen.
- Dersom helsehjelp til pasient med mistenkt eller bekreftet Covid-19 ikke kan utsettes, må det benyttes beskyttelsesutstyr som beskrevet under råd til helsetjenesten.
- Virksomheter bør ha tilgjengelig munnbind (klasse I). Dersom en pasient/bruker eller behandler/ansatt utvikler symptomer på akutt luftveisinfeksjon under behandlingen/konsultasjonen bør personen ta på seg munnbind og behandlingen avsluttes.
- Dersom virksomheten velger å bruke ansiktsmaske eller annet som dekker munn og nese er følgende viktig:
  - Bruk av munnbind og/eller ansiktsmaske erstatter IKKE andre smitteforebyggende råd om hånd- og hostehygiene, å holde seg hjemme ved symptomer på luftveisinfeksjon og å opprettholde avstand mellom personer der det er mulig.
  - Unngå å berøre munnbindet med hendene når det er på, uten at hendene først er vasket eller desinfisert.
  - Vær nøye med håndvask både før og etter munnbind tas på, og straks etter at det er tatt av. Kast brukte engangsmunnbind i vanlig husholdningsavfall.

---

#### Råd

### Behandlere som selv er i risikogruppe

Behandlere som tilhører en risikogruppe med økt risiko for alvorlig forløp for Covid-19, bør ikke jobbe nært pasienter eller pårørende, men ha hjemmekontor eller omplasseres til andre oppgaver hvis mulig.

Basert på informasjon om utbruddet så langt er det særlig eldre personer (over 65 år) som har høy risiko for alvorlig sykdom med Covid-19, spesielt dersom de i tillegg har underliggende kronisk sykdom.

I tillegg har andre voksne personer med underliggende sykdom (hjerte-karsykdom, diabetes og høyt blodtrykk) høyere risiko for alvorlig sykdom. Det gjelder også annen alvorlig kronisk sykdom, svangerskap med komplikasjoner og bruk av medikamenter som gir nedsatt immunforsvar.

---

## Råd

### **Virksomheter med behov for mer detaljerte råd**

Yrkesgrupper/virksomheter som har behov for mer detaljerte råd for å ivareta smittevern tilpasset sin arbeidsform kan utvikle dette. Folkehelseinstituttet kan gi faglig tilbakemelding på virksomhetsspesifikke råd, utarbeidet av ansvarlig bransjeorganisasjon.



