



Dato 18-03-2020

Sagsnr. 04-0101-15

## **Håndtering af COVID-19: Information til politi og andet frontpersonale uden for sundhedssektoren**

### **Baggrund**

Verdenssundhedsorganisationen WHO har d. 11. marts 2020 erklæret udbruddet af COVID-19 for en pandemi, og der rapporteres smitte i de fleste lande i verden og smittespredning i flere lande, også i Danmark.

### **Hvordan smitter COVID-19?**

COVID-19 smitter fra person til person via dråber. Dråber spreder sig i luften ved hoste eller nys i en afstand på 1-2 meter, hvorefter de hurtigt falder til jorden. Virus kan ikke smitte gennem huden - kun gennem slimhinder, typisk i næse, mund og øjne.

Typisk bliver man smittet ved, at man er tæt på en person, som udskiller dråber (fx ved knus, hoste eller nys), og at dråberne lander på ens slimhinder i næse, øjne eller mund, eller ved at man rører ved overflader med virus på, og derefter rører sig selv i næse, øjne eller mund.

Man ved endnu ikke med sikkerhed, om smittede kan smitte andre, før de har symptomer. Den viden vi har viser, at det er personer med symptomer, som er årsag til størstedelen af de nye tilfælde.

Smitte med ny coronavirus er nu så udbredt i Danmark, at smitten ikke længere kan inddæmme ved, at myndighederne opsporer alle kendte tilfælde og deres kontakter og sætter dem i karantæne. Vores indsatser går fortsat på at begrænse smittespredning i samfundet ved tiltag som øget hygiejne, begrænsning af større forsamlings samt tæt kontakt. Derudover er der særligt fokus på dem, der bliver alvorligt syge og får behov for behandling i sundhedsvæsenet, samt på særlige risikogrupper for smitte med COVID-19<sup>1</sup>. Det overordnede mål er dels at forebygge, at alt for mange bliver smittede på samme tid, og dels at beskytte de særligt sårbare grupper i risiko for alvorlig sygdom.

### **Symptomer på COVID-19**

Langt de fleste, der smittes med den ny coronavirus, får kun milde symptomer, som vil forsvinde i løbet af 4-6 dage. For de der udvikler symptomer, er det kendetegnende at man til at begynde med har symptomer fra svælget (ondt i halsen) og øvre luftveje (nys og sekret fra næsen), muskelsmerter (ondt i kroppen), alment ubehag og evt. let tør hoste. I dette stadium har patienten ofte ikke feber, og det er sjældent, at patienten har brug for behandling fra sundhedssystemet i dette stadie.

---

<sup>1</sup> For mere information omkring særlige risikogrupper se spørgsmål og svar på [www.sst.dk/corona](http://www.sst.dk/corona)

Hos nogen (hovedsagligt hos ældre og kronisk syge) kan der opstå forværring af symptomer samt problemer med vejrtrækningen på 4-7 dagen efter de første symptomer fra øvre luftveje. De skal tage kontakt til egen læge, lægevagt eller 1813.

### **Hvad kan du gøre for at forebygge smitte med COVID-19?**

Sundhedsstyrelsen anbefaler alle at følge de generelle hygiejneråd:

- Vask hænder hyppigt og grundigt, især efter du har været ude blandt andre mennesker, før du skal spise m.v. Er håndvask ikke muligt kan du anvende håndsprit.
- Host eller nys i et engangslømmetørklæde eller i dit ærme – ikke i hænderne.
- Begræns fysisk kontakt, dvs. undgå håndtryk, kindkys og kram.
- Vær opmærksom på at vanlige rengøringsprocedurer overholdes.
- Hold afstand til andre personer så vidt muligt, særligt hvis de ser syge ud, og sørg for at holde god håndhygiejne m.v. Vær ekstra opmærksom på din opførsel på steder med mange mennesker, herunder i offentlige transportmidler.

### **Hvad skal du gøre, hvis du har kontakt med personer med symptomer på COVID-19?**

Udover ovennævnte råd skal du generelt forsøge at overholde følgende råd:

- Samtale foregår om muligt på afstand (over 2 meter)
- Undgå så vidt muligt tæt kontakt, herunder; direkte fysisk kontakt, 'ansigt-til-ansigt'-kontakt inden for 2 meter i mere end 15 minutter, kontakt med fx spyt eller afføring samt ophold i et lukket miljø (fx et mødelokale) i mere end 15 minutter og med mindre end 2 meters afstand til den syge.
- Personen placeres hvis muligt på afstand af andre, fx i enestue eller bag rumadskillelse, der kun besøges af nødvendigt personale.
- Opfordre personen til at nyse eller hoste i et engangslømmetørklæde eller i ærme.

Hvis det ikke er muligt at undgå tæt kontakt, fx fordi en borger skal hjælpes eller fastholdes, skal du vaske hænder grundigt efterfølgende. For at undgå overforbrug af værnemidler, der kan føre til mangel, er det vigtigt, at eventuelle værnemidler, som normalt er tilgængelige i opgavevaretagelsen, anvendes restriktivt efter sædvanlig fremgangsmåde - også i kontakt med personer med symptomer på COVID-19.

### **Hvad gør du, hvis du bliver syg?**

Hvis du bliver syg med symptomer som beskrevet ovenfor, skal du blive hjemme, holde afstand til dine nærmeste, og undgå at gå på arbejde samt kontakt med andre uden for hjemmet indtil du er rask, dvs. 48 timer efter du ikke har flere symptomer<sup>2</sup>. Ved forværring af symptomer over dage og/eller ved problemer med vejrtrækning, skal du kontakte din egen læge, lægevagt eller 1813.

For yderligere information om COVID-19 henvises til Sundhedsstyrelsens hjemmeside, der opdateres løbende.

*Dette informationsmateriale er baseret på tilgængelig information pr. 18. marts 2020 og vil blive opdateret ved behov<sup>3</sup>.*

---

<sup>2</sup> Se [www.sst.dk/corona](http://www.sst.dk/corona) for vejledning og anbefalinger ved sygdom.

<sup>3</sup> Gældende vejledning kan altid tilgås på [www.sst.dk/corona](http://www.sst.dk/corona)