

HELSE- OG OMSORGSDEPARTEMENTET  
Krisestab HOD  
Postboks 8011 Dep  
0030 OSLO

Deres ref.: Covid-19 oppdrag 410  
Vår ref.: 21/9853-2  
Saksbehandler: Per Magne Mikaelson  
Dato: 23.03.2021

## Svar på covid-19 oppdrag fra HOD 410 - Råd til arbeidspendlere mm

Vedlagt finnes svar på dette oppdraget.

### Oppsummering

HelseDirektoratet bes i samarbeid med Folkehelseinstituttet å foreslå konkrete anbefalinger for personer som pendler mellom hjemmet og bosted utenfor hjemmet og hvor det er forskjell i tiltaksnivå.

HelseDirektoratet gir følgende anbefaling til personer som arbeidspendler eller andre som må pendle mellom regioner med stor forskjell i smitte og tiltaksnivå:

- etterleve de strengeste smittevern rådene som gjelder i de kommunene du pendler mellom
- følge de til enhver tid gjeldende rådene for reise innenlands i Norge
- teste seg hvis de mistenker at de kan være smittet og sikre at de kjenner til at enkelte arbeidsplasser og enkelte kommuner kan ha særskilte råd om testing

Vedlegget fra FHI blir av tekniske grunner ettersendt.

Vennlig hilsen

Johan Georg Røstad Torgersen e.f.  
direktør

Jon Hilmar Iversen  
konsulent

*Dokumentet er godkjent elektronisk*

Kopi:  
FOLKEHELSEINSTITUTTET, Utbrudd @fhi.no

# Svar på covid-19 oppdrag 410 fra HOD – Om råd til arbeidspendlere mm.

---

## Oppsummering

Helsedirektoratet bes i samarbeid med Folkehelseinstituttet å foreslå konkrete anbefalinger for personer som pendler mellom hjemmet og bosted utenfor hjemmet og hvor det er forskjell i tiltaksnivå.

Helsedirektoratet gir følgende anbefaling til personer som arbeidspendler eller andre som må pendle mellom regioner med stor forskjell i smitte og tiltaksnivå:

- etterleve de strengeste smittevern rådene som gjelder i de kommunene du pendler mellom
- følge de til enhver tid gjeldende rådene for reise innenlands i Norge
- teste seg hvis de mistenker at de kan være smittet og sikre at de kjenner til at enkelte arbeidsplasser og enkelte kommuner kan ha særskilte råd om testing

---

## Oppdraget

*Med stor forskjell i smitte mellom ulike deler av landet er det behov for klare smitteråd til de som arbeidspendler eller andre som må pendle mellom regioner med stor forskjell i smitte og tiltaksnivå. Dette gjelder både hvilke anbefalinger som gjelder når en er på arbeid i et område med strengere tiltak enn hjemme, hvilke anbefalinger som gjelder når en er hjemme etter å ha kommet fra område med høyere tiltaksnivå – og motsatt, dvs. hvis hjemmet er i området med høyere tiltaksnivå enn arbeidet. I hovedsak vil dette dreie seg om pendlere mm. som regelmessig må bo utenfor hjemmet (leilighet, hybel, brakke, hotell mv), dvs. ikke dagpendlere. Ofte vil arbeidspendlere ha familie og nærkontaktene der de bor i friperiodene.*

Helsedirektoratet bes i samarbeid med Folkehelseinstituttet å foreslå konkrete anbefalinger for personer som pendler mellom hjemmet og bosted utenfor hjemmet og hvor det er forskjell i tiltaksnivå. I arbeidet må det tas hensyn til [Rundskriv I-4/2020](#): Veileder til kommunene om lokale karantenerregler eller innreiserestriksjoner i forbindelse med utbruddet av Covid-19.

**Frist** 14.00 Tirsdag 23 mars.

**Kontaktpersoner:** Arne Marius Fosse ([amf@hod.dep.no](mailto:amf@hod.dep.no)) og Benedicte Mørkved Larsen ([bml@hod.dep.no](mailto:bml@hod.dep.no))

Vi ber om at kontaktperson i Helsedirektoratet for oppdraget oppgis i besvarelsen.

## Kort sammendrag

Personer som pendler mellom hjem og arbeids- eller studiested i annen kommune, med ulike tiltaksnivå bør vise særlig aktsomhet og etterleve de strengeste smittevernrådene som gjelder i de kommune de pendler mellom.

Det anbefales ikke et generelt råd om testing ved passering av kommunegrenser da dette ville bli for omfattende, vanskelig avgrensbar, gå for mye utover testkapasiteten og dessuten kan være belastende for pendlere som i sin jobb krysser kommunegrenser. Derimot kan enkelte arbeidsplasser og enkelte kommuner ha særskilte råd om testing – i tråd med rådene i kommunelegehåndboka.

Personer som pendler mellom hjem og arbeidssted i en annen kommune bør:

- etterleve de strengeste smittevernrådene som gjelder i de kommunene du pendler mellom
- følge de til enhver tid gjeldende rådene for reise innenlands i Norge
- teste seg hvis de mistenker at de kan være smittet og sikre at de kjenner til at enkelte arbeidsplasser og enkelte kommuner kan ha særskilte råd om testing

## Oppsummering av faglig råd fra Folkehelseinstituttet

(endelig rapport fra FHI ettersendes)

Personer som pendler mellom hjem og arbeids- eller studiested i annen kommune, med ulike tiltaksnivå bør vise særlig aktsomhet og etterleve de strengeste smittevernrådene som gjelder i de kommune de pendler mellom.

Det anbefales ikke et generelt råd om testing ved passering av kommunegrenser da dette ville bli for omfattende, vanskelig avgrensbar, gå for mye utover testkapasiteten og dessuten kan være belastende for pendlere som i sin jobb krysser kommunegrenser. Derimot kan enkelte arbeidsplasser og enkelte kommuner ha særskilte råd om testing – i tråd med rådene i kommunelegehåndboka.

Personer som pendler mellom hjem og arbeidssted i en annen kommune bør:

- etterleve de strengeste smittevernrådene som gjelder i de kommunene du pendler mellom
- følge de til enhver tid gjeldende rådene for reise innenlands i Norge
- teste seg hvis de mistenker at de kan være smittet og sikre at de kjenner til at enkelte arbeidsplasser og enkelte kommuner kan ha særskilte råd om testing

## Helsedirektoratets vurdering

Helsedirektoratet støtter FHI sin vurdering av den aktuelle situasjon.

Det har de siste ukene vært en sterk økning av antall smittende, og situasjonen er preget av betydelige ulikheter mellom kommunene. Kommunehelsetjenesten i kommuner og regioner med høy smitteforekomst er satt under sterkt press, og sykehusene i disse helseregionene opplever utfordringer med sin behandlingsskapasitet.

I denne sammenheng er det vedtatt en rekke forsterkede smitteverntiltak i flere kommuner og regioner. Det er utarbeidet generelle reiseråd samt reiseråd i forbindelse med påsken. Det er også flere oppdrag som ser på behovet for skjerpede og vedvarende tiltak i en periode fremover.

Vi har dessverre ikke gode tall på hvor stort omfanget er av smitte knyttet til arbeidspendling. Vi vet imidlertid at det er en vesentlig del av arbeidsstokken som pendler til annen kommune i jobbsammenheng. Tall for 4. kvartal 2019 viser at 36 prosent av alle sysselsatte jobbet i en annen kommune enn den de var bosatt i. Dette tilsvarer nærmere 960 000 personer.

Med bakgrunn i det vi vet om betydningen av økt mobilitet i utbruddssituasjoner er det sannsynlig å anta at arbeidspendling vil kunne bidra til smittespredningen. I så måte er det av stor betydning å sørge for at arbeidspendlerne er klar over de råd og anbefalinger som allerede foreligger i denne sammenheng. Videre vil vi anbefale at arbeidskommunen bør ha lav terskel for testing i tilfeller der hvor arbeidspendlere kommer fra kommuner med høy smitte, ønsker en slik test.

Ut over dette støtter Helsedirektoratet FHI sitt råd om å ikke anbefale jevnlig testing av pendlere. Dette vil kunne bli svært omfattende, og kan ikke forsvares ut ifra en allerede sterkt belastet TISK – kapasitet i kommunene. Videre er Jevnlig testing et nokså inngripende tiltak, og vurderes til ikke å være forholdsmessig i denne sammenheng.

Helsedirektoratet vurderer de råd/anbefalinger som her er gitt som forholdsmessige ut i fra en totalvurdering av den aktuelle smittesituasjonen med de konsekvenser denne har for innbyggerne, de kommunale helsetjenestene samt spesialisthelsetjenesten.

### Helsedirektoratets konklusjon/anbefaling

Helsedirektoratet gir følgende anbefaling til personer som arbeidspendler eller andre som må pendle mellom regioner med stor forskjell i smitte og tiltaksnivå:

- etterleve de strengeste smittevernåtgjørelser som gjelder i de kommunene du pendler mellom
- følge de til enhver tid gjeldende rådene for reise innenlands i Norge
- teste seg hvis de mistenker at de kan være smittet og sikre at de kjenner til at enkelte arbeidsplasser og enkelte kommuner kan ha særskilte råd om testing

# COVID-19

## Oppdrag fra HOD nr. 410

23. Mars 2021



## Oppdrag 410 til Helsedirektoratet råd til arbeidspendlere mm.

### **Bakgrunn**

Med stor forskjell i smitte mellom ulike deler av landet er det behov for klare smitteråd til de som arbeidspendler eller andre som må pendle mellom regioner med stor forskjell i smitte og tiltaksnivå. Dette gjelder både hvilke anbefalinger som gjelder når en er på arbeid i et område med strengere tiltak enn hjemme, hvilke anbefalinger som gjelder når en er hjemme etter å ha kommet fra område med høyere tiltaksnivå – og motsatt, dvs. hvis hjemmet er i området med høyere tiltaksnivå enn arbeidet. I hovedsak vil dette dreie seg om pendlere mm. som regelmessig må bo utenfor hjemmet (leilighet, hybel, brakke, hotell mv), dvs. ikke dagpendlere. Ofte vil arbeidspendlere ha familie og nærkontaktene der de bor i friperiodene.

### **Oppdrag**

Helsedirektoratet bes i samarbeid med Folkehelseinstituttet å foreslå konkrete anbefalinger for personer som pendler mellom hjemmet og bosted utenfor hjemmet og hvor det er forskjell i tiltaksnivå. I arbeidet må det tas hensyn til [Rundskriv I-4/2020](#): Veileder til kommunene om lokale karantenereregler eller innreiserestriksjoner i forbindelse med utbruddet av Covid-19.

**Frist** 14.00 Tirsdag 23 mars.

**Kontaktpersoner:** Arne Marius Fosse ([amf@hod.dep.no](mailto:amf@hod.dep.no)) og Benedicte Mørkved Larsen ([bml@hod.dep.no](mailto:bml@hod.dep.no))

Vi ber om at kontaktperson i Helsedirektoratet for oppdraget oppgis i besvarelsen.

## Folkehelseinstituttets vurdering

### Oppsummering

Personer som pendler mellom hjem og arbeids- eller studiested i annen kommune, med ulike tiltaksnivå bør vise særlig aktsomhet og etterleve de strengeste smittevern rådene som gjelder i de kommune de pendler mellom.

Det anbefales ikke et generelt råd om testing ved passering av kommunegrenser da dette ville bli for omfattende, vanskelig avgrensbart, gå for mye utover testkapasiteten og dessuten kan være belastende for pendlere som i sin jobb krysser kommunegrenser. Derimot kan enkelte arbeidsplasser og enkelte kommuner ha særskilte råd om testing – i tråd med rådene i kommunelegehåndboka.

## Epidemiologisk situasjon

Vi viser til FHIs ukerapport publisert 17. mars. Økningen i antall meldte smittede fortsetter. En rekke utbrudd rundt i landet gjør at antallet meldte tilfeller økte betydelig i uke 8, 9 og 10 og ser ut til å fortsette på et høyt nivå i uke 11. Det er meldt 5653 tilfeller med prøvedato i uke 10, det høyeste antall meldte tilfeller på en uke siden pandemiens start.

Det er svært stor geografisk variasjon. Oslo har klart flest meldte tilfeller per 100 000 innbyggere (471 i uke 9 og 10 samlet) etterfulgt av Viken (287) og Vestfold og Telemark (219). Disse fylkene utgjør til sammen 83 % av de meldte smittetilfellene i uke 10. Møre og Romsdal og Trøndelag har lavest forekomst med henholdsvis 14 og 16 tilfeller per 100 000 innbyggere for uke 9 og 10 samlet.

Situasjonen er altså preget av betydelige ulikheter mellom landets kommuner. Noen bydeler i Oslo har en fjortendagersinsidens på mer enn 1000 tilfeller per 100 000 innbyggere (som er i klasse med de hardest rammede landene i Europa nå) mens Bergen har 44, altså under en tjuedel, og Trondheim har 11, altså omtrent en hundredel.

Situasjonen er også preget av økt smittsomhet ved de nye variantene og raske endringer. En massesmittehendelse eller annet utbrudd kan raskt snu situasjonen i en kommune, særlig hvis utbruddet oppdages seint og tiltakene kommer for seint i gang.

Vi har tidligere sett en økning i smitteforekomst i forbindelse med både jule- og nyttårsfeiring og vinterferien. Derfor er det grunn til bekymring for tiden fremover, inkludert påsken, og konsekvensene hvis mange reiser. Den alvorlige smittesituasjonen i Norge har gjort det nødvendig å innføre nasjonale føringer og ytterligere smitteverntiltak i flere regioner og enkeltkommuner. Smittesituasjonen må følges nøye i tiden fremover, og tiltakene kan endre seg på kort varsel. Råd til pendlere for å redusere smittespredning

For arbeidspendlere og studenter som pendler mellom områder med ulike tiltaksnivå bør de samme rådene gjelde som besvart i oppdrag 350, Del 2 Råd om påskeferien, 11.mars. Reiseaktivitet medfører økt risiko for smittespredning mellom kommuner med ulikt smittetrykk, uavhengig av årsaken til reisen. Det er viktig å undersøke hvilke tiltak som gjelder i kommunen man oppholder seg i, for eksempel via kommunenes nettsider eller via helsenorge.no. Personer som reiser til kommuner med mindre strenge tiltak enn hjemkommune bør som hovedregel følge anbefalingene som gjelder i hjemkommune, og vice versa, jobber, eller studerer man i en kommune med strengere tiltaksnivå bør disse rådene etterleves ved kortvarige opphold i hjemkommune.

Følgende konkrete råd gjelder for all innenlands reiseaktivitet i tiden som kommer:

- Holde seg hjemme hvis man ikke er frisk, er i karantene eller venter på testsvar
- Teste seg så snart som mulig hvis man tror at man er smittet med covid-19. For pendlere anbefales testing i den kommunen personen oppholder seg når hen utvikler symptomer.
- Grunnleggende smittevern med god håndvask, god avstand til andre og få nærkontakter, uavhengig av hvor man er i landet.
- Følge strengeste råd for munnbind i den kommunen man jobber og i hjemkommune, uavhengig av hvor man er.

I tråd med Helse- og omsorgsdepartementet Rundskriv [I-4/2020](#), vurderer FHI at det p.t. ikke er behov for at kommunene innfører egne karantenerregler i tillegg til gjeldende nasjonale regler. Dersom kommuner allikevel velger å innføre kommunale karantenekrav jf smittevernloven § 4-1 første ledd bokstav d, og pålegger en ubestemt krets av personer begrensninger i deres

bevegelsesfrihet, mener FHI som departementet poengterer Rundskriv [I-4/2020](#), at tiltak ikke skal ramme:

- Personer som krysser kommunegrenser under reise mellom bolig og arbeidssted, og mellom ulike arbeidssteder, og som er til hinder for at arbeidstakere kan beholde sitt arbeid og at arbeidsgivere fortsatt sikres arbeidskraft
- Person- og varetransport (på vei, sjø eller bane eller i luften)

I tillegg må personer som er på gjennomreise i kommunen kunne gjøre opphold som er nødvendige for å ivareta grunnleggende behov som for eksempel innta mat og drikke, uavhengig av hvor de kommer fra i landet.

Vi viser til oppdrag 409 der det anbefales lav terskel for testing før reise fra områder med høy smittespredning til områder med lav smittespredning i perioden 24.3 til 12.4. Testing av arbeidspendlere ville måtte gjøres på jevnlig basis, for eksempel ukentlig, slik som for grensependlere. FHI mener at god etterlevelse av de strengest gjeldende rådene i personens hjem- eller arbeidskommune vil være tilstrekkelig for å redusere smitterisiko, i tillegg til de grunnleggende rådene om å holde seg hjemme hvis man er syk og å teste seg selv ved milde symptomer og holde avstand til andre. I tiltakstabellen i kommunelegeboka er det på risikonivå 4 lagt inn at man kan vurdere jevnlig testing av visse grupper med høy forekomst. Dersom et slikt tiltak er iverksatt i en av kommunene, bør dette følges om man tilhører en slik gruppe.

Et generelt råd om jevnlig testing av pendlere ville imidlertid kunne bli omfattende, da det antagelig gjelder svært mange personer, med ulike former for pendling, pendling mellom og gjennom flere kommuner og ulik type arbeidsplasser. Det ville være et råd av mer permanent art enn et råd om testing i forbindelse med feriereise. Siden rådet vil være omfattende, kan det også gå utover den totale testkapasiteten, og kan potensielt fortrenge grupper det er viktigere å få testet. Det ville være nødvendig å klargjøre hvilke risikonivåer det skal gjelde mellom, hvilken frekvens av pendling det skal gjelde for, og hvem som skal organisere og finansiere testingen. (Personen selv, kommunen med lavt eller den med høyt nivå, hjemstedskommunen eller arbeidskommunen, arbeidsplassen eller studiestedet.) Jevnlig testing er et nokså inngripende tiltak, FHI har fått flere tilbakemeldinger på at ukentlig testing over lengre perioder er både fysisk og psykisk belastende.

## Merknad

FHI ber om at vurderingen i sin helhet, inklusiv grafisk utforming, legges ved i det endelige svaret til HOD.