

Landets kommuner

Deres ref.:
Vår ref.: 22/13868-6
Saksbehandler: Trude Andreassen
Dato: 08.04.2022

Endring av rådene ved nyoppståtte luftveissymptomer, testing for covid-19 og beredskap for testing for covid-19

Statsforvalter bes fordele vedlagte brev til kommuner i sitt nedslagsfelt. Kommunene bes igjen om å gjøre brevet kjent for relevante aktører herunder kommuneleger, allmennleger, legevakt og øvrige kommunale helse- og omsorgstjenester.

Vedlagt følger også en nyhetssak (3 vedlegg) som Folkehelseinstituttet vil publiseres på sine nettsider mandag 11. april. Kommunene kan om de ønsker publisere de vedlagte dokumentene på sine nettsider. Det bes om at dette ikke iverksettes før mandag kl. 12 da vi ønsker at dette brevet er kjent før kommunenes nettsidene oppdateres.

[Endring av råd ved nyoppståtte luftveissymptomer og testing for covid-19](#)

Epidemien i Norge har nådd smittetoppen og er nå klart synkende. 5.april opphevet Regjeringen rådet om å holde seg hjemme i 4 døgn ved påvist covid-19.

Det vurderes ikke lenger som nødvendig å begrense smitten med andre anbefalinger enn at syke personer holder seg hjemme.

Den generelle anbefalingen om testing for covid-19 ved nyoppståtte luftveissymptomer gjelder ikke lenger. Rådene ved nyoppståtte luftveissymptomer er nå å holde seg hjemme når man føler seg syk, uavhengig av årsak. Se mer informasjon her:

- [Nyoppståtte luftveissymptomer](#)

[Beredskap for testing](#)

Kommunene er i regjeringens "langsiktig koronastrategi for å normalisere hverdagen" (Lenke) bedt om å ha en stående beredskap til å kunne teste en prosent av befolkningen med PCR. Dette betyr at kommunene må opprettholde et testtilbud **inntil videre**, f.eks. gjennom videreføring av teststasjoner. Kommunene er også bedt om å lage planer for oppskalering av kapasiteten gjennom omdisponering av personell. Regjeringen har meldt at kommunene skal kompenseres for nødvendige merutgifter som følge av den økte beredskapen. Regjeringen vil komme tilbake med en fornyet vurdering av beredskapsnivå og kompensasjon i forbindelse med revidert nasjonalbudsjett (RNB) i midten av mai.

Testing i tiden framover

I en overgangsperiode vil det være tilgjengelige selvtester for de i befolkningen som likevel ønsker å teste seg. Rådene ved nyoppståtte luftveissymptomer er de samme uavhengig av testresultat: hold deg hjemme dersom du føler deg syk.

Fra og med 1. mai vil det utover testing til koronasertifikat, kun testes på klinisk indikasjon. Det vil si at det er lege som rekvirerer test etter en medisinskfaglig vurdering, på lik linje med andre luftveisinfeksjoner. Fastleger og kommuner bes herved om å forberede seg til denne oppgaven. Så lenge teststasjonene består kan de benyttes til dette formålet. Test kan også tas på legekantoret om ønskelig.

Selvregistrering av positive tester

Selvtester trenger ikke lenger registreres på kommunens nettsider. Kommunene bes informere sine innbyggere om dette. Det bes om at muligheten for å ta løsningen i bruk igjen opprettholdes.

Testing til koronasertifikat

Testing til koronasertifikat skal som hovedregel ikke skje hos fastleger eller hos legevakter, men på teststasjoner som før. Kommunene anmodes om å tilrettelegge for testing til koronasertifikat innenfor den kapasiteten de er bedt om å beholde. Teststasjonene eller tilsvarende ordninger skal bidra med utskrift av koronasertifikat for de som har behov for det. Det jobbes med å avklare hvordan testing til koronasertifikat skal foregå videre, og informasjon vil komme senere, trolig i forbindelse med RNB i midten av mai.

For det faglige grunnlaget vises det til Helsedirektoratets og Folkehelseinstituttets besvarelser på oppdragene 618 del B, 619 og 637 til Helse- og omsorgsdepartementet. Oppdragene er tilgjengelig i sin helhet på [Helsedirektoratets nettsider](#).

Nettsider

Nyoppståtte luftveissymptomer:

https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/befolkningen/nye_luftveissymptomer_og_testing/

Faglig grunnlag til Helse- og omsorgsdepartementet (covid-19)

<https://www.helsedirektoratet.no/tema/beredskap-og-krisehandtering/koronavirus/faglig-grunnlag-til-helse-og-omsorgsdepartementet-covid-19>

Vedlegg

Vedlagt følger også en nyhetssak som FHI vil publiseres på sine nettsider på førstkommande mandag. Kommunene kan om de ønsker publisere de samme sakene på side sider. Det ber om at dette ikke iverksettes før mandag kl 12 da vi ønsker at brevet er kjent før nettsidene oppdateres

Vennlig hilsen

Johan Georg Røstad Torgersen e.f.
direktør, Helsedirektoratet

Toril Attramadal
direktør stab og beredskap, Folkehelseinstituttet

Dokumentet er godkjent elektronisk

Kopi:

KS-KOMMUNESEKTORENS ORGANISASJON;FOLKEHELSEINSTITUTTET, Utbrudd Utbrudd;HELSE-
OG OMSORGSDEPARTEMENTET, Krisestab HOD;Landets statsforvaltere

Dette er anbefalingene for covid-19 som gjelder nå

Hold deg hjemme hvis du har nyoppståtte luftsymptomer og føler deg syk. Du trenger ikke lenger teste deg, og du trenger ikke være hjemme fire dager ved covid-19. Kontakt lege hvis du har behov for helsehjelp. Kommunenes testtilbud vil fortsette en stund til.

Regjeringen opphevet tirsdag 5. april rådet om å holde seg hjemme 4 døgn etter koronasmitte (<https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/langsiktig-koronastrategi-for-a-normalisere-hverdagen/id2907426/>).

Oppdaterte anbefalinger

Anbefalingene om covid-19 som nå gjelder er:

- Hold deg hjemme hvis du føler deg syk, og unngå kontakt med personer som har risiko for å bli alvorlig syke dersom du har nyoppståtte luftveissymptomer.
- Du trenger ikke holde deg hjemme i 4 døgn.
- Kontakt lege hvis du har behov for helsehjelp.
- Du trenger ikke teste deg med selvtest. Hvis du likevel har fått en positiv test, gjelder de samme rådene om å holde deg hjemme hvis du føler deg syk.
- Du trenger heller ikke registrere positive selvtester hos kommunen.
- Det gjelder egne anbefalinger for de som har økt risiko for å bli alvorlig syke med covid-19 på [Råd og informasjon til risikogrupper og pårørende](#) (fhi.no).

Se mer om hva du gjør ved [Nyoppståtte luftveissymptomer](#) (fhi.no).

Selvtester vil fortsatt være tilgjengelige

I en overgangsperiode vil det være tilgjengelige selvtester i kommunene for de i befolkningen som likevel ønsker å teste seg. Rådene ved positiv og negativ test er de samme; hold deg hjemme om du føler deg syk.

Drift av teststasjoner fortsetter

Kommunen vil fortsatt drifte teststasjoner en stund til, blant annet med hensyn på testing for dokumentasjon av gjennomgått sykdom eller negativ test for koronasertifikatet. Slik testing skjer som hovedregel ikke hos fastlegen eller på legevakta.

Begrunnelse for oppheving av tiltakene

Omikronvarianten gir mindre alvorlig sykdom enn tidligere varianter av viruset, og svært mange er nå vaksinert eller har hatt korona. Det gjør at de fleste nå er godt beskyttet mot alvorlig sykdom.

Vinterbølgen av covid-19 ser ut til å være på retur i Norge. Det er ikke lenger nødvendig å begrense smitten på samme måte som tidligere. Det er nå tilstrekkelig at folk holder seg hjemme når de føler seg syke.

Current recommendations for COVID-19

Stay home if you have newly arisen respiratory tract symptoms and feel unwell. You no longer need to be tested, and you do not need to stay home for four days with COVID-19. Contact a doctor if you need medical attention. Testing will be available for a while longer.

On Tuesday 5 April, the Government removed the advice to stay at home for four days after COVID-19.

Updated recommendations

The current COVID-19 recommendations are:

- Stay at home if you feel unwell and avoid contact with people at risk of a severe COVID-19 disease course if you have newly arisen respiratory tract symptoms.
- You do not need to stay at home for 4 days.
- Contact a doctor if you need medical attention.
- You do not need to take a self-test. If you have a positive test result, the same advice applies to stay at home if you feel unwell.
- You do not need to register positive self-test results with your municipality.
- There are separate recommendations for those who have an increased risk of a severe COVID-19 disease course - [Risk groups and their relatives](#) (fhi.no).
- See more about: [Newly-arisen respiratory tract symptoms, COVID-19 testing and positive test results](#) (fhi.no).

Self-tests will still be available

For a transitional period, self-tests will be available in the municipalities for people who still want to be tested. The advice for positive and negative test results is the same; stay home if you feel unwell.

Test centres will continue

The municipality will continue to operate test centres for a while longer for people who need to document having COVID-19 or for a negative test for the COVID-19 certificate. In general, such testing will not be provided by a family doctor or out-of-hours medical service.

Why have the measures been removed?

The omicron variant causes less severe COVID-19 disease course than previous variants of the virus, and many people are now either vaccinated or have had COVID-19. This means that most people are now well protected against a severe disease course.

The winter wave of COVID-19 seems to be declining in Norway. It is no longer necessary to limit transmission as before. It is now sufficient that people stay at home when they feel unwell.

Dette er anbefalingane for covid-19 som gjeld no

Hold deg heime viss du har nyoppståtte luftsymptom og føler deg sjuk. Du treng ikkje lenger teste deg, og du treng ikkje vere heime fire dagar ved covid-19. Kontakt lege viss du har behov for helsehjelp. Testtilbodet i kommunane vil fortsette ei stund til.

Regjeringa oppheva tysdag 5. april rådet om å halde seg heime 4 døgn etter koronasmitte (<https://www.regjeringa.no/no/aktuelt/langsiktig-koronastrategi-for-a-normalisere-hverdagen/id2907426/>).

Oppdaterte anbefalingar

Anbefalingane om covid-19 som no gjeld er:

- Hald deg heime viss du føler deg sjuk, og unngå kontakt med personar som har risiko for å bli alvorleg sjuke dersom du har nyoppståtte luftvegssymptom.
- Du treng ikkje halde deg heime i 4 døgn.
- Kontakt lege viss du har behov for helsehjelp.
- Du treng ikkje testa deg med sjølvtest. Viss du likevel har fått ein positiv test, gjeld dei same råda om å halde deg heime viss du føler deg sjuk.
- Du treng heller ikkje registrere positive sjølvtestar hos kommunen.
- Det gjeld eigne anbefalingar for dei som har auka risiko for å bli alvorleg sjuke med covid-19 på [Råd og informasjon til risikogrupper og pårørande](#) (fhi.no). Sjå meir om kva du gjer ved [Nyoppståtte luftvegssymptom](#) (fhi.no).

Sjølvtestar vil framleis vere tilgjengelege

I ein overgangsperiode vil det vere tilgjengelege sjølvtestar i kommunane for dei i befolkninga som likevel ønsker å testa seg. Råda ved positiv og negativ test er dei same; hold deg heime viss du føler deg sjuk.

Drift av teststasjonar fortset

Kommunen vil framleis drifte teststasjonar ei stund til, mellom anna med omsyn til testing for dokumentasjon av gjennomgått sjukdom eller negativ test for koronasertifikat. Slik testing skjer som hovudregel ikkje hos fastlegen eller på legevakta.

Grunngeving for oppheving av tiltaka

Omikronvarianten gir mindre alvorleg sjukdom enn tidlegare variantar av viruset, og svært mange er no vaksinerte eller har hatt korona. Det gjer at dei fleste no er godt verna mot alvorleg sjukdom.

Vinterbølgja av covid-19 ser ut til å vere på retur i Noreg. Det er ikkje lenger nødvendig å avgrense smitten på same måte som tidlegare. Det er no tilstrekkeleg at folk held seg heime når dei føler seg sjuke.