

# Koronavirus

## Informasjon fra legetjenesten i Salangen, Lavangen og Ibestad:

Koronavirus er en gruppe virus som er årsak til om lag 20 % av alle forkjølelsesykdommer. Det er ikke et influensavirus.

Den nye virusvarianten 2019-nCoV har vist seg å gi alvorlig lungebetennelse hos et fåtall av de smittede og anslås å forløpe dødelig hos ca. 1 % av smittede. Dødeligheten er høyere enn vanlig sesonginfluensa, men lavere enn SARS utbruddet for noen år siden. Det ser imidlertid ut til å smitte lettere enn det SARS gjorde. I hovedsak er det eldre som rammes hardest. Barn ser ut til å tåle viruset godt, og dødelighet blant barn er svært lav.

Smitteoverføring har hittil skjedd hovedsakelig i Kina, Sør-Korea og Italia. Etter hvert rammes imidlertid også andre land, og flere smittetilfeller er nå registrert i Norge. Det er sannsynlig at også vårt område vil rammes etter hvert. Da er det avgjørende at vi alle bidrar til å redusere spredning av smitte.

### **Unngå å smitte andre – god hygiene er avgjørende!**

Smitte skjer som ved annen forkjølelse, ved dråper som hostes eller nyses ut og ved sekret fra nesen. Fornuftig hygiene for å begrense smitte er derfor avgjørende viktig for å begrense smittespredning. Dette omfatter bruk av engangstørklær som kastes forsvarlig og grundig håndvask. Dersom dette ikke er tilgjengelig, anbefales det å hoste i albuebøyen istedenfor i hendene og bruke spritbasert hånddesinfeksjon.

Munnbind har ingen hensikt på friske, unntatt ved nærkontakt med syke. Derimot kan syke personer benytte munnbind for å unngå å smitte andre. Også barn bør læres opp til god hygiene. Husk håndvask før du skal spise. Dette gjelder også friske personer, og også ved mindre måltider! Felles serveringsbestikk kan overføre smitte.

Dersom du har luftveisinfeksjon, forkjølelse med feber eller hoste, bør du unngå å smitte andre på jobb, skole eller reise. I arbeidslivet skal du da benytte egenmelding for sykefravær.

Det er kun de som har vært i nærheten av smittede som trenger å frykte smitte. Inkubasjonstiden dvs. tid fra man blir smittet til man blir syk angis til 2 – 14 dager. Det er ikke grunn til å frykte smitte hvis det har gått mer enn to uker siden man var i kontakt med smittede.

Dersom du har mistanke om smitte, skal du ringe legekantor eller legevakt. Mulig smittede personer skal ikke sitte på venterom pga. risikoen for å smitte andre. Mulig smittede er personer med feber eller luftveissymptomer, og som har oppholdt seg i område med smittespredning.

Foreløpig er vår strategi at smittede/ mulig smittede skal oppholde seg i egen bolig, frivillig karantene. Prøvetaking skal bare skje etter avtale i telefon, i noen tilfelle ved at man kjører med egen bil til Helsesenteret og helsepersonell tar prøve fra nesen mens man sitter i bilen. I de tilfeller dette ikke er hensiktsmessig eller mulig kan prøvetaking skje ved hjemmebesøk fra kommunal helsetjeneste. Mulig smittede bør ikke benytte taxi eller offentlig kommunikasjon som kan medføre fare for ytterlig spredning. Annen prøvetaking må også avtales over telefon.

Legekantoret har telefon 77174000. Legevakten har telefon 116117

Folkehelseinstituttet har foreløpig ikke vurdert det som nødvendig og hensiktsmessig å stenge skoler eller barnehager. Antall barn som har blitt syke er svært lavt. Arrangementer som samler mange mennesker innendørs på et lite område, kan være risikosituasjon for smittespredning, men foreløpig har det ikke vært vurdert å avlyse arrangementer i vårt område.

Det er ingen vaksine eller spesifikk behandling mot koronavirus. Det finnes vaksine mot sesonginfluensa. Legekantoret har fortsatt influensavaksine på lager.

Pålitelig informasjon finnes på folkehelseinstituttets nettsider [www.fhi.no](http://www.fhi.no) og på Helsenorge, [www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no)

Med hilsen legetjenesten i Salangen, Lavangen og lbestad

Lars A. Nesje

Interkommunal overlege