

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

## Nasjonal veileder

Denne veilederen er utarbeidet i fellesskap av Folkehelseinstituttet og HelseDirektoratet. Folkehelseinstituttet har hovedansvar for det smittevern­faglige innholdet. HelseDirektoratet er utgiver.

---

Først publisert: 19. april 2020

Sist faglig oppdatert: 07. juli 2021



Veilederen er utgitt av Helsedirektoratet. Faglig innhold er levert Folkehelseinstituttet.

# Innhold

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

# Målgruppe, formål og ansvar

---

## Innhold i veilederen

Denne veilederen er utarbeidet i fellesskap av Folkehelseinstituttet og Helsedirektoratet, der Folkehelseinstituttet har hovedansvar for det smittevernfaglige innholdet. Helsedirektoratet er utgiver.

Veilederen inneholder grunnleggende smitteverntiltak som alle bør følge gjennom hele pandemien.

Ved behov kan Helsedirektoratet og Folkehelseinstituttet gi ytterligere råd og anbefalinger.

Ved behov kan også kommunene gi ytterligere lokale råd og anbefalinger. Kommunen informerer om disse.

---

## Formål med veilederen

Veilederen gir råd om hvordan virksomhetene på en forsvarlig måte kan ivareta smittevernet og forebygge tilfeldig eksponering og spredning av koronaviruset (SARS-CoV-2). De anbefalte tiltakene vil bidra til å begrense smittespredning.

---

## Hvem gjelder veilederen for?

Veilederen gir veiledning om smittevernforsvarlig drift for følgende offentlige og private virksomheter med én-til-én-kontakt utenfor spesialisthelsetjenesten, se [covid-19-forskriften %C2%A7 16 \(lovdata.no\)](#):

- 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

---

## Ansvar

Virksomhetene i [covid-19-forskriften %C2%A7 16 \(lovdata.no\)](#) kan bare tilby tjenester dersom driften er smittevern­faglig forsvarlig. Med smittevern­faglig forsvarlig drift menes blant annet at basale smittevern­rutiner for virksomheten er utarbeidet og implementert, og at arbeidsgiver har lagt til rette for at arbeidstagere holder seg hjemme når man er syk, er i karantene eller i isolering.

Det er den enkelte virksomhet som er ansvarlig for å vurdere om behandlingen tilfreds­stiller grunnleggende krav til smittevern. 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. Se også [kapitlet om risikovurdering og forskrift om ledelse og kvalitetsforbedring i helse- og omsorgstjenesten \(lovdata.no\)](#).

Dersom en pasient eller behandler blir diagnostisert med covid-19 etter kontakt med virksomheten, har kommunelegen ansvar for oppfølging, for eksempel i form av veiledning og smitte­opp­sporing.

### **Særlig om tjenester til gravide, barn og unge:**

Helsetjenester som tilbys sårbare grupper bør opprettholde normal drift under koronapandemien, samtidig som grunnleggende smittevern­tiltak overholdes.

Ved behov for midlertidig stenging av tjenester som følge av smitte­ut­brudd, må det i forkant gjøres en vurdering av om tiltaket er nødvendig, forholds­messig og medisinsk­faglig begrunnet. Det bør likevel iverksettes kompenserende tiltak for å nå alle sårbare grupper slik at tjenesten også oppdager og ivaretar dem.

Tjenestene har ansvar for å kartlegge og vurdere hvem som har behov for tilbud dersom tjenesten må redusere åpningstider, gå over til digitale tjenester eller midlertidig stenge ned som følge av smitte­ut­brudd.

---

## Nye varianter av SARS-CoV-2

Kunnskap om nye varianter og vurderinger av disse kan føre til oppdatering av råd om smittevern­tiltak i helse- og omsorgstjenesten. De nasjonale anbefalingene tar høyde for dagens situasjon.

[Ulike varianter av SARS-CoV-2 \(FHI\)](#)

---

## Om covid-19

Covid-19 er en luftveissykdom som skyldes viruset SARS-CoV-2 (koronavirus). Man kan få alt fra ingen eller milde symptomer til å bli alvorlig syk. I sjeldne tilfeller kan man dø av covid-19.

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.

[Fakta om koronaviruset SARS-CoV-2 og sykdommen covid-19](#) (fhi.no).

## Råd til virksomhetene

---

### Råd

#### Oppmøte

- Pasienter/brukere skal ikke komme til virksomheten dersom de har [symptomer forenlig med covid-19 \(fhi.no\)](#), er i karantene eller i isolasjon.
- Dersom det oppstår symptomer på luftveisinfeksjon mens de er til undersøkelse eller behandling, bør vedkommende ta på seg munnbind og reise hjem eller dra videre til legevakt ved behov for akutt legetilsyn.
- For barn som har gjennomgått luftveisinfeksjon men fortsatt har noen restsymptomer, kan de møte i tjenestene på lik linje med [rådene om når de igjen kan møte i barnehage, skole og skolefritidsordning \(fhi.no\)](#).
- Konsultasjoner for pasienter/brukere som har symptomer på eller har bekreftet luftveisinfeksjoner, er isolert eller i karantene, bør gjennomføres via telefon/videokonsultasjon hvis den ikke kan utsettes. Informasjon om dette bør gis både ved timebestilling og i SMS-påminnelse om timeavtalen.
- Ansatte må holde seg hjemme ved symptomer på akutt luftveisinfeksjon eller andre symptomer forenlige med covid-19 (selv ved milde symptomer), og testes snarest mulig.
- Ansatte som er i [karantene eller isolasjon \(fhi.no\)](#) skal ikke møte på jobb, se [covid-19-forskriften \(lovdata.no\)](#). Ansatte skal forlate arbeidsstedet umiddelbart dersom de utvikler infeksjonssymptomer.

---

### Råd

#### Virksomheten skal lagre oversikt over hvem som har vært fysisk til stede

- Virksomheten skal ha en skriftlig oversikt over hvem som har vært fysisk til stede i virksomheten til bruk for eventuell smitteoppsporing.
- De skal også ha oversikt over hvor pasienten/brukeren har mottatt behandling og fra hvilke ansatte.
- Virksomheten skal oppbevare informasjonen i to uker etter utført behandling/konsultasjon og må informere pasienten/brukeren om dette.

---

### Råd

## Kontaktreduserende tiltak

- Virksomheten må tilrettelegge for at personer som oppholder seg i lokalene kan holde avstand til hverandre.
- Råd om distanse gjelder ikke mellom pasient/bruker og ledsager, eller mellom beskyttede, se [Råd og regler for deg som er vaksinert eller har gjennomgått covid-19](#) (FHI)
- Dersom det er vanskelig å tilrettelegge for avstand, bør virksomheten vurdere å omstrukturere driften. Dette kan for eksempel gjøres ved at de ansatte jobber til forskjellige tider, ved å legge inn pauser mellom hver pasient eller ved å ommøblere eller å sette opp fysiske barrierer.
- Vurder om fysisk konsultasjon er nødvendig, eller om videokonsultasjon eller lignende kan benyttes. I tjenester til gravide, barn og unge er relasjonsbygging og trygghet en sentral del av arbeidet og kan ikke ensidig erstattes av digitale tjenester. Hvis man likevel må bruke digitale løsninger, er det særlig viktig å vurdere tilgjengelighet, kvalitet og forsvarlighet, samt sikre at taushetsplikt og personvern ivaretas. Digital kommunikasjon kan være vanskelig for noen grupper, og det bør derfor tilstrebes en fysisk konsultasjon.

---

### Råd

## Hygiene og fysisk kontakt

- Alle bør følge generelle smittevernråd om anbefalt avstand og god hånd- og hostehygiene.
- Det må tilrettelegges for håndhygiene, enten håndvask eller hånddesinfeksjon, både for ansatte, pasienter/brukere og eventuelle ledsagere.
- Behandlere bør unngå å bruke ringe, klokker og lignende smykker, se [Håndhygieneveilederen \(fhi.no\)](#)
- Anbefalinger for avstand og bruk av personlig beskyttelsesutstyr for [helsepersonell med status som beskyttede](#) (fhi.no).

---

### Råd

## 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 \(lovdata.no\)](#).
- 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](#).
  - Legg til rette for håndhygiene for pasienter/brukere og eventuelle ledsagere.
  - Legg til rette for at så få personer som mulig oppholder seg i venteområdet samtidig.
- 

## Råd

### Forsterket renhold

- Det anbefales daglig rengjøring med ordinære rengjøringsmidler, inkludert kontaktflater som berøres hyppig, for eksempel dørhåndtak, betalingsterminaler, trappegelendre, armlener o.l.
  - Utstyr som har vært i direkte kontakt med bruker rengjøres/desinfiseres mellom hver konsultasjon
  - Ved synlig søl av organisk materiale (blod og andre kroppsvæsker) utføres flekkdesinfeksjon, se [Råd om bruk av teknisk desinfeksjon i helsetjenesten](#) (fhi.no). For mer informasjon om godkjente desinfeksjonsmidler til teknisk bruk i helse- og sykepleie henvises til [Legemiddelverket](#) (legemiddelverket.no)
  - Følg ordinære rutiner for håndtering av tekstiler og avfall
- 

## Råd

### Bruk av beskyttelsesutstyr

- Følg virksomhetens vanlige rutiner for bruk av personlig beskyttelsesutstyr.
  - Det er ikke anbefalt at ansatte benytter hansker eller munnbind utover de situasjonene hvor de vanligvis benytter det.
  - Dersom helsehjelp til pasient med mistenkt eller bekreftet covid-19 ikke kan utsettes, må det benyttes beskyttelsesutstyr som beskrevet her: [Bruk av personlig beskyttelsesutstyr og lettelser til vaksinerte](#) (fhi.no). Virksomhetsleder bør påse at de ansatte gis opplæring i korrekt bruk av personlig beskyttelsesutstyr.
- 

## Råd

# Arbeidsgiver skal foreta en risikovurdering av arbeidsmiljøet

Les mer på Arbeidstilsynets nettsider:

- [Risikovurdering \(arbeidstilsynet.no\)](https://www.arbeidstilsynet.no/risikovurdering)
- [Risikohjelpen \(arbeidstilsynet.no\)](https://www.arbeidstilsynet.no/risikohjelpen)
- [Informasjon om covid-19 og tiltak i arbeidslivet \(arbeidstilsynet.no\)](https://www.arbeidstilsynet.no/informasjon-om-covid-19-og-tiltak-i-arbeidslivet)

---

## Råd

### Smittevernråd ved økt smitterisiko

I situasjoner med økt smitterisiko kan Helsedirektoratet og Folkehelseinstituttet gi strengere råd og anbefalinger.

I en slik situasjon kan følgende råd og anbefalinger være aktuelle:

- Redusere eller midlertidig fjerne behandlingstilbud som innebærer nær ansikt-til-ansikt kontakt.
- Bruk av munnbind og eventuelt øyebeskyttelse i situasjoner der det ikke er mulig å opprettholde 1 meters avstand.
- Vurdere midlertidig stenging av virksomheten.

Kommuner kan også fastsette lokale tiltak og forsterkede krav til virksomhetene med hjemmel i [lov om vern mot smittsomme sykdommer § 4-1 \(lovdata.no\)](https://lovdata.no/lov/2022-04-14-1).

---

## Råd

### Forsterkede smitteverntiltak ved økt smitterisiko

Kommunen har i henhold til smittevernloven, ansvar for å iverksette tiltak (jf. § 7-1) etter råd fra kommunelegen (jf. § 7-2), også om det er tiltak pålagt etter smittevernloven § 4-1. Vurdering av smitterisikonivå er beskrevet i [Håndbok for oppdaging, vurdering og håndtering av covid-19-utbrudd i kommunen](https://www.fhi.no/handbok-for-oppdaging-vurdering-og-handtering-av-covid-19-utbrudd-i-kommunen) (fhi.no).

De generelle/forebyggende tiltakene beskrevet ovenfor, gjelder ved alle smitterisikonivå. Ved økt smitterisiko i kommunen, bør en vurdere/iverksette tiltakene for det aktuelle smitterisikonivået.

Det bør ikke iverksettes tiltak for et høyere smitterisikonivå enn det faktisk er i kommunen. Når smitterisiko i kommunen endres til et lavere nivå, bør en avslutte tiltak som kun er anbefalt på nivået en forlot.

**Økende spredning (smitterisikonivå 3)**

- Gjennomgå tiltak, rutiner og organisering anbefalt ved smitterisikonivå 1 og 2, og iverksette de tiltak som ikke allerede er implementert. Det er spesielt viktig å:
  - sikre at det holdes minst 1 meters avstand til ubeskyttede i alle situasjoner hvor det er mulig
  - ha rutiner som sikrer at en ansatt følger opp definerte pasienter så langt det er mulig
  - gjenta opplæring i bruk av beskyttelsesutstyr
- Se også: [Bruk av personlig beskyttelsesutstyr og lettelser til vaksinerte](#) (fhi.no).

#### **Utbredt spredning (smitterisikonivå 4)**

I tillegg til tiltakene beskrevet på smitterisikonivå 1 og 3 anbefales

- munnbind og øyebeskyttelse på ansatte når det ikke er mulig å holde 1 meters avstand til andre (ikke vurdere som på smitterisikonivå 3). Øyebeskyttelse er ikke nødvendig ved nær kontakt med en annen, hvis begge bruker medisinsk munnbind.
- vurdere om flere behandlinger og møter kan skje digitalt, dersom det er medisinsk forsvarlig

### 3

## Endringslogg

### 2021

#### 7. juli

- **Generelt:** Teksten i veilederen er generelt forenklet og forkortet med fokus på basale smittevernrutiner.
- **Råd som er tatt ut av veilederen:**
  - Behandlere som selv er i risikogruppe

#### 4. juni

- **Kapittel 2 – Råd til virksomhetene:**
  - **Personlig beskyttelsesutstyr:** Lenket til anbefalinger hos FHI for avstand og bruk av personlig beskyttelsesutstyr for helsepersonell med status som beskyttede. Fjernet "Bruk av beskyttelsesutstyr overfor sars-CoV-2-vaksinerte pasienter" og "Bruk av beskyttelsesutstyr etter gjennomgått covid-19".

#### 29. januar

- **Kapittel 2 – Råd til virksomhetene:**
  - **Personlig beskyttelsesutstyr:** Ansatte som selv har gjennomgått covid-19 anbefales å følge de samme rådene for personlig beskyttelsesutstyr som andre.
  - **Personlig beskyttelsesutstyr:** Ansatte anbefales å følge de samme rådene for bruk av personlig beskyttelsesutstyr overfor de som er vaksinert som overfor de som ikke er vaksinert.
  - **Forsterkede tiltak:** Anbefalingen om bruk av munnbind for ansatte i helsetjenesten ved smitterisikonivå 3-5, er endret til anbefaling om bruk av munnbind og øyebeskyttelse. Se detaljer i anbefalingen.

#### 23. januar

- **Kapittel 2 – Råd til virksomhetene:** Lagt til nytt innhold, "Forsterkede tiltak", avslutningsvis i kapittel 2.

### 2020

#### 2. november

- **Kapittel 1 – Formål, målgruppe og ansvar:**
  - «Ansvar»: Nytt innhold «Særlig om tjenester til gravide, barn og unge».
  - «Om covid-19»: Informasjonen er noe oppdatert .
- **Kapittel 2 – Råd til virksomhetene: Nye råd:**
  - «Virksomheten skal lagre oversikt over hvem som har vært fysisk til stede».
  - «Arbeidsgiver skal foreta en risikovurdering av arbeidsmiljøet».
  - «Smittevernråd ved økt smitte».
- **Kapittel 2 – Råd til virksomhetene: Oppdatering av innholdet:**

- «Oppmøte»: Råd om ansatte, nyansatte og vikarer som har vært i utlandet er endret.
- «Hygiene og fysisk kontakt»: Vurdering av behandling og tjenester til utsatte grupper.
- «Kontaktreduserende tiltak»: Behovet for fysisk konsultasjon vs. videokonsultasjon – se særlig om tjenester til gravide, barn og unge.
- Bruk av beskyttelsesutstyr»: Oppdatert informasjon om bruk av beskyttelsesutstyr.
- **Råd som er tatt ut av veilederen:**
  - Virksomheter med behov for mer detaljerte råd.
  - Strukturen i veilederen er noe endret.

Endringsloggen viser endringer fra og med 2. november 2020. Oppdateringer før denne datoen er ikke registrert i loggen.

