

Testing, karantene og isolasjon

- Personer som er smittet av koronaviruset skal isolere seg i 4 døgn. Smittede som har symptomer må i tillegg ha vært feberfri i minst 24 timer uten bruk av febernedssettende preparater. Dette gjelder alle virusvarianter. De nye reglene om lengden på isolasjonstiden gjelder også for personer som er i isolasjon når reglene trer i kraft.
- Forskriftsfestet karantene avvikles også for alle nærkontakter som er husstandsmedlemmer eller tilsvarende nære den smittede.
- Husstandsmedlemmer og tilsvarende nære anbefales å teste seg daglig i fem døgn etter siste nærkontakt med den smittede.
- Personer som ikke kan unngå nærkontakt med den smittede i isolasjonsperioden, bør også teste seg daglig under isolasjonsperioden, og deretter daglig i fem døgn etter at isolasjonen er avsluttet, til sammen ni dager.
- Testen bør tas som selvtest, men kan også gjennomføres som antigen hurtigtest gjennomført av helsepersonell eller PCR-test.
- Utover dette anbefales bare personer med symptomer å teste seg. Øvrige nærkontakter uten symptomer anbefales ikke å teste seg, men bør være ekstra oppmerksomme på symptomer.
- Barn i grunnskolealder eller yngre anbefales kun test ved symptomer. Det gjelder også ved smitte i husstanden.
- Det anbefales at husstandsmedlemmer og tilsvarende nære av en bekreftet smittet bruker munnbind innendørs på offentlige steder og unngår store sammenkomster og arrangementer i 10 døgn etter nærkontakten. I tillegg til å følge med på symptomer under hele testperioden. Ved symptomer bør man holde seg hjemme og teste seg.
- Råd om jevnlig testing i barnehage, skole og høyere utdanning avvikles.
- Ved lokalt behov kan kommuner med tilstrekkelig testkapasitet gjøre tester tilgjengelig på skoler, universiteter mv. Dette for å gjøre tester enkelt tilgjengelig for personer som utvikler symptomer.

Smittesporing

- Smittede sørger selv for å informere sine nærkontakter ved positiv test, men kommunen kan gi bistand ved behov.
- Kommunene er bedt om å ta i bruk systemer for selvregistrering av selvtester, hvor den enkelte kan registrere positiv selvtest.