

Informasjon til deg som ankommer Norge

Testing

- Dersom du får symptomer som feber, hoste, tungpustethet, tap av smak- eller luktesans, sår hals, eller sykdomsfølelse skal du ringe legevakt på 116 117 for testing.

Hvis du har bekreftet smitte med covid-19

- Dersom du får bekreftet smitte med covid-19 skal du i isolasjon og blir fulgt opp av lokal helsetjeneste.
- Du isoleres i hjemmet, i helseinstitusjon eller et annet sted kommunen bestemmer.
- Ta kontakt med lege dersom sykdommen forverres.

Generelle smitteverntiltak

- Hold avstand, minst 1 meter
- Vask hender ofte og grundig
- Hold deg isolert hvis du er syk

Karanteneplikt

- Kommer du fra land eller områder som har for høy smittespredning skal du i karantene i 10 døgn fra den dagen du kommer til Norge.
- Det gjelder disse landene/områdene: www.fhi.no/smittevernreise
- Når du skal i karantene er det lov å reise rett til oppholdssted med planlagt transportmiddel. Unngå nær kontakt med andre til du er hjemme.
- Karantenen skal gjennomføres sammenhengende på ett sted de 10 første dagene du oppholder deg i Norge.



Se mer informasjon:
www.helsenorge.no/koronavirus