

Covid-19, sjukdom orsakad av det nya coronaviruset 2019, patientinformation och förhållningsregler

Smittskyddsläkarnas smittskyddsblad

Varför har jag fått den här informationen?

Prover har visat att du har covid-19, dvs en infektion med det så kallade nya coronaviruset 2019.

Vad är covid-19?

Infektionen ger oftast en lindrig sjukdom med milda luftvägssymtom och feber, men en del blir sjukare med andningsbesvär och behöver vårdas på sjukhus. En del kan även få muskelvärk, halsont, huvudvärk och magbesvär med diarréer.

Hur smittar covid-19?

Tiden från det att man smittas till man blir sjuk (inkubationstiden) varierar mellan 2 och 14 dagar, vanligast fem dagar. Coronavirus smittar genom så kallad dropp- och kontaktsmitta. När en person nyser eller hostar bildas smittsamma droppar i luften. Då kan den som står nära bli smittad. När dropparna har fallit ned på ytor eller föremål kan smittämnen föras vidare därifrån, oftast via händerna.

Det nya coronaviruset börjar smitta när man blir sjuk, och inte under inkubationstiden. Man är mest smittsam under den tid som man är sjuk och har symtom. När man blivit frisk och inte har haft några symtom under 2 dygn brukar man inte längre vara smittsam. Men ibland måste din läkare göra en särskild bedömning av smittsamheten i ditt fall.

Vad måste jag tänka på för att inte smitta andra?

Covid-19 är en allmänfarlig och samhällsfarlig sjukdom som lyder under smittskyddslagen. Det innebär att du för att förhindra att du smittar andra människor måste följa förhållningsregler under den tid som din läkare säger att du ska göra det. Du måste också delta i smittspårning. Det betyder att du måste berätta för smittspåraren vilka personer du har haft nära kontakt med under den tid som du har varit sjuk. Förhållningsreglerna innebär att du

- kan bli avstängd från arbete, skola eller förskola.
- måste följa särskilda hygienrutiner: Du måste vara noggrann med den egna handhygienen, hosta i armvecket eller i näsduk och inte mot andra människor.
- måste berätta om att du har covid-19 om du har kontakt med personal i hälso- och sjukvården
- måste komma på återbesök eller ha telefonkontakt om din läkare säger att du ska göra det.

Vad måste jag också göra för att skydda andra mot smitta?

Enligt smittskyddslagen måste den som har en smittsam sjukdom göra det som krävs för att skydda andra mot smitta (så kallad skyddsplikt). Det betyder att du under den period du kan vara smittsam (se ovan) ska undvika att träffa andra människor än de som bor i ditt hushåll. Under den tiden får du inte resa med allmänna kommunikationsmedel, både inom Sverige och utomlands.

Hur gör jag om jag behöver sjukvård för covid-19 eller någon annan sjukdom?

Det är mycket viktigt att du om du behöver vård för covid-19 eller annan sjukdom INTE direkt går till en vårdcentral/närakut/ett sjukhus utan att du först tar telefonkontakt med _____ för att få vidare hjälp till rätt ställe i vården.

Om du blir livsfarligt sjuk ring 112.

Hur överklagar jag mina förhållningsregler?

Om du har fått en förhållningsregel som du tycker är fel, kan du ta kontakt med smittskyddsläkaren i din region.