

Vigtigt at vide om værnemidler ved COVID-19

Borgere isoleres ved symptomer på COVID-19 (feber, hoste, ondt i halsen, hovedpine, muskelømhed, hos nogle ledsaget af stoppet næse/løbenæse). Hvis muligt, kan de få en kirurgisk maske på. Kontakt læge med henblik på undersøgelse og evt. test.

Følgende værnemidler skal anvendes ved tæt kontakt (indenfor 1-2 meter) til borgere mistænkt for eller med påvist COVID-19:

- Handsker
- Væskeafvisende, langærmet overtrækskittel eller plastforklæde med lange ærmer
- Kirurgisk maske type II og øjenbeskyttelse *eller* ansigtsdækkende visir

Værnemidler skal anvendes korrekt, herunder tages på og af i korrekt rækkefølge. Der skal udføres håndhygiejne før de påføres og efter de aftages. Spørg din leder hvis du er i tvivl.

Anvend som udgangspunkt kun værnemidler – ud over det sædvanlige – hvis der er mistanke om COVID-19. For en sikkerheds skyld kan man dog også anvende værnemidler (fx maske), hvis man skal tæt på en borger der virker syg, og man er usikker på om det er COVID-19.

Værnemidler er ikke i sig selv nok til at forebygge smitte. De skal bruges korrekt og i kombination med korrekt håndhygiejne, rengøring og afstand – ellers kan de give falsk tryghed og selv udgøre en smitterisiko.

- Skift altid handsker og overtrækskittel mellem hver borger.
- Undgå at pille ved masken og dermed ansigtet med forurenede fingre.
- Skift masken hvis den bliver våd eller forurenet.
- Type I masker forebygger mod smitte *fra* men ikke nødvendigvis *til* bæreren. Type II masker beskytter også bæreren mod smitte.

Der kan gøres meget for at hindre smitte, også inden værnemidler tages i brug:

- **Planlæg opgaver** så alle borgere uanset symptomer så vidt muligt håndteres på afstand (1-2 meter). Bed borgeren vende siden til eller hovedet væk, hvis du skal tæt på.
- **Udfør korrekt håndhygiejne** før og efter kontakt med alle borgere.
- **Vær opmærksom på rengøring**, især af fælles kontaktpunkter (fx dørhåndtag, elevator-knapper og andre steder der berøres af mange forskellige personer).
- **Hjælp alle borgere** til korrekt håndhygiejne og hostetikette (host/nys i engangslomme-tørklæde eller albuebøjningen).
- **Informér borgere om ikke at møde op** i klinikker mv. ved symptomer på COVID-19, men at ringe i stedet.

Læs mere på Sundhedsstyrelsens hjemmeside og i anbefalingerne fra Statens Serum Institut:

<https://www.sst.dk/da/corona>

<https://hygiejne.ssi.dk/retningslinjer/infektionshygiejniske-retningslinjer-for-covid-19>

Smitte med COVID-19 sker via dråber fra luftvejene ved fx hoste/nys og fra forurenede overflader.

Korrekt håndhygiejne, rengøring og så vidt muligt at holde afstand (1-2 meter) er de vigtigste midler til at forebygge smitte.