

Information gällande Covid-19

Covid-19 är en infektionssjukdom som orsakas av ett virus. Sjukdomen påminner om influensa, med feber och hosta. De flesta blir lindrigt sjuka. Om du har förkylningssymtom, ska du enligt Folkhälsomyndighetens senaste riktlinjer stanna hemma och undvika träffa andra.

Smittsamhet:

- Smittsamhet Inkubationstid för sjukdomen kan variera mellan 2 och 14 dagar, vanligast har varit fem dagar enligt sammanställningar från pågående utbrott.
- Coronavirus smittar genom så kallad dropp- och kontaktsmitta, det vill säga att sekret från upphostningar och nysningar sprids från den sjuka individen, och därifrån kan smitta vidare via händer och andra kontaktytor.
- Vid covid-19 blir en individ smittsam från det att man får symtom. Smittsamhet föreligger framför allt under den tid som man är sjuk och uppvisar symtom.
- När man tillfrisknat och därefter har varit stabilt symtomfri under 6-8 dagar bedöms man inte vara smittsam längre.

Hur kan du skydda dig:

- För att undvika att bli smittad är det därför viktigt att vara noggrann med den egna handhygienen (tvätta händerna) och att undvika att beröra sitt eget ansikte (ögon, näsa, mun) med otvättade händer.
- **Coronavirus är mycket känsliga för handdesinfektionsmedel.**

Vill du lära dig mer om handhygien och hygienrutiner så kan du göra webutbildningen via denna länk <https://www.basala-hygienrutiner.se/>

Utbildningen är kostnadsfri

Vid behov av vård för covid-19 eller annan sjukdom Det är mycket viktigt att du vid behov av vård för covid-19 eller andra besvär INTE direkt söker vårdcentral/närakut/sjukhus utan att du först tar telefonkontakt med 1177 för att få vidare hjälp till rätt vårdgivare.

Informationen är hämtad från Smittskydd Stockholm och vårdguiden.