

# Hva bør du gjøre hvis du eller din nærkontakt har fått påvist covid-19?

Det kan være andre råd der du bor, eller hvis du jobber i helsetjenesten

## Til deg som har fått påvist covid-19

- Du er pålagt isolering.
- Fortell nærkontaktene dine at de kan ha vært utsatt for smitte.
- En positiv selvtest bør bekreftes på teststasjon.

Når det har gått minst 5 dager og du har vært feberfri i minst 24 timer (uten bruk av febernedsettende medisin), kan du avslutte isoleringen.

**Fullvaksinerte uten symptomer** anbefales vanligvis ikke testing. Dersom de likevel tester positivt, skal de holde seg isolert i 2 døgn. Utvikler de symptomer, gjelder det samme regler som for andre.

## Til deg som er husstandsmedlem

og bor sammen med en som har fått påvist covid-19

- Følg ekstra nøye med på egen helse i 10 dager.
- Test deg med én gang hvis du får symptomer.

**Hvis du ikke er vaksinert** bør du teste deg mot covid-19 annenhver dag på teststasjon, eller med selvtest hver dag i 7 dager. Hvis du ikke får testet deg, bør du unngå kontakt med andre, eller være hjemme i 7 dager. Dagene telles fra når den smittede ble isolert. Barn anbefales også test, foreldre bestemmer om barnet skal testes.

**Hvis du har fått en dose vaccine** for minst 3 uker siden bør du teste deg én gang, gjerne straks. Du kan teste deg på teststasjon eller med en selvtest. Barn anbefales også test. Foreldre bestemmer om barnet skal testes.

**Hvis du er fullvaksinert eller har hatt covid-19**, behøver du ikke å teste deg.

## Til deg som er nærkontakt

men ikke bor sammen med en som har fått påvist covid-19

- Følg ekstra nøye med på egen helse i 10 dager.
- Test deg med én gang hvis du får symptomer.

**Hvis du ikke er vaksinert** bør du teste deg én gang, gjerne straks. Du kan teste deg på teststasjon eller med en selvtest. Barn anbefales også test. Foreldre bestemmer om barnet skal testes.

**Hvis du har fått en dose vaccine** for minst 3 uker siden, behøver du ikke å teste deg.

**Hvis du er fullvaksinert eller har hatt covid-19**, behøver du ikke å teste deg.