

Dato 19-01-2021

COVID SEKR

Sagsnr. 05-0601-898

covidsundhed@sst.dk

## Midlertidige ændringer i retningslinjer for kontaktopsporing og håndtering af nære kontakter

Sundhedsstyrelsen har revurderet retningslinjer for kontaktopsporing og skærper anbefalingerne midlertidigt på baggrund af en bekymring for at nye smitsomme virusvarianter som cluster B.1.1.7 vil bevirke, at flere vil blive smittet og dermed mindske muligheden for at bevare kontrollen med epidemien.

Virusvarianten cluster B.1.1.7 vurderes af Statens Serum Institut i ”Kort notat vedr. smitteforhold for SARS-CoV-2 cluster B.1.1.7” til at være mere smitsom end tidligere kendte virusvarianter i Danmark.

For at bevare epidemikontrollen, er det afgørende, at smitte med B.1.1.7 og andre virusvarianter begrænses. Derfor er de skærpede tiltag og restriktioner forlænget til d. 7. februar 2021 for at bevare epidemikontrollen og imødegå virusvarianter som B.1.1.7. Herudover blev også den midlertidige anbefaling om at øge afstanden i det offentlige rum fra 1 til 2 meter, ud fra et forsigtighedsprincip, forlænget til d.7. februar.

### Epidemiologi og smitteforhold

Jf. *Kort notat vedr. smitteforhold for SARS-CoV-2 cluster B.1.1.7* fra Statens Serum Institut har personer, som er smittet med B.1.1.7, formentlig et højere ’viral load’, dvs. at mængden af viruspartikler i luftvejene er større. Derudover vurderer man, at den nye variant muligvis har en øget bindingseffekt til luftvejsceller. Dette kan være en forklaring på, at B.1.1.7 er mere smitsom.

Der er ikke noget, som tyder på, at personer smittet med B.1.1.7 udvikler et mere alvorligt sygdomsforløb ved COVID-19 eller at smitteveje er anderledes for B.1.1.7 end for andre virusvarianter. B.1.1.7 smitter således ved dråbe- og kontaktsmitte.

De fleste dråber, som smitter gennem luften fx ved host, nys eller råb, antages at falde til jorden indenfor 1-2 meter. Størstedelen af dråberne falder inden for ca. 1 meter. Da personer smittet med B.1.1.7 formentlig har flere viruspartikler i de dråber, de udskiller fra deres luftveje, vil der spredes en større virusmængde ved dråbesmitte. Dette vil også gælde for den mindre mængde af dråber, som falder til jorden efter 1 meter.

Inkubationstiden for B.1.1.7, samt perioden for asymptomatisk- og præsymptomatisk smitte formodes ifølge tidligere omtalte notat fra Statens Serum Institut, at være den samme som for andre virusvarianter.

Det er forventningen at det Europæiske smitteagentur (ECDC) i deres nyeste risikovurdering i forhold til virusvarianter vil anbefale, at nære kontakter til personer der konstateres smittet med en virusvariant opretholder selvisolation i 14 dage og først ophæver denne ved negativ test på dag 14.

### **Test og selvisolation af nære kontakter**

Effektiv selvisolation af personer med symptomer, personer der er smittede og nære kontakter, i den periode hvor de kan smitte videre, er kernen i epidemihåndtering. Hvis selvisolation skal være et effektivt redskab til at forebygge smittespredning i samfundet, er det afgørende, at isolationen iværksættes rettidigt ud fra kendskabet til den periode, hvor man kan smitte eller være i øget risiko for at smitte; samt at isolationsperioden overholdes.

Jf. Sundhedsstyrelsens nuværende anbefalinger for [Opsporing og håndtering af nære kontakter](#) fra 13. januar 2021 skal nære kontakter testes to gange og selvisolere indtil første negative testresultat på dag 4, dog med skærpet fokus på de generelle, smitteforebyggende anbefalinger frem til andet testsvar.

På baggrund af epidemiens udvikling, viden om epidemiologi og smitteforhold for B.1.1.7, tillige med opdateret viden om hvornår, nære kontakter tester positivt for ny coronavirus samt baseret på et forsigtighedsprincip foretages en midlertidig, men generel skærpelse af retningslinjer for [Opsporing og håndtering af nære kontakter](#). Skærpelsen bør gælde alle indtil der er mere viden om B.1.1.7 og bør for nuværende gælde til og med d. 7. februar 2021, ligesom øvrigt udmeldte restriktioner.

En opgørelse fra Statens Serum Institut viser at 2-3% af de nære kontakter, der tester negativt på 1. test, efterfølgende tester positivt på 2. test. Ud fra et forsigtighedsprincip og med baggrund i en bekymring for at nye smitsomme virusvarianter som cluster B.1.1.7 vil bevirke, at flere vil blive smittet, anbefales det for nuværende at udskyde tidspunktet for, hvornår man som nær kontakt bør ophæve sin selvisolation til efter to negative test.

På baggrund af B.1.1.7 er det midlertidigt anbefalingen at øge afstanden i det offentlige rum fra 1 til 2 meter, ud fra et forsigtighedsprincip. På den baggrund anbefales det, at der også sker en udvidelse af afstandskriteriet for, hvornår man defineres som nær kontakt.

Derudover bør der ske en midlertidig skærpelse i håndtering af nære kontakter til personer smittet med virusvarianter i henhold til ECDC.

## **Midlertidigt reviderede anbefalinger for nære kontakter**

For at opnå en øget kontrol med epidemien skærpes de generelle anbefalinger for kontaktopsporing og derudover iværksættes nogle ekstra anbefalinger særligt for nære kontakter til personer, der er smittet med virusvarianter.

De midlertidige ændringer der gælder alle personer, som er nære kontakter til en person, som er testet positivt for ny coronavirus er foreløbigt gældende indtil 7 februar 2021.

### **Ændring i kriterie for at være nær kontakt**

Ét af kriterierne for, hvornår man er nær kontakt er, at man i mere end 15 minutter har været i tæt kontakt, inden for 1 meter, med en person smittet med ny coronavirus (f.eks. ved samtale). Det anbefales, ud fra et forsigtighedsprincip, at dette kriterie ændres midlertidigt til 2 meter.

Den nye anbefaling lyder derfor:

- Alle, der har været inden for 2 meter i mere end 15 minutter med en (fx i samtale med personen), der har fået påvist ny coronavirus, er nære kontakter

Der ændres *ikke* ved de øvrige kriterier for hvornår man er nær kontakt. Følgende kriterier for at være nær kontakt gælder fortsat:

- Alle, der bor sammen med en, der har fået påvist ny coronavirus
- Alle, der har haft direkte fysisk kontakt (fx kram) eller direkte kontakt til smittefarlige sekreter (fx hoste eller nys) med en, der har fået påvist ny coronavirus
- Alle der har været inden for 2 meter i mere end 15 minutter i en af nedestående situationer:
  - Aktiviteter med kraftig udånding, f.eks. sang, høj tale eller råb
  - Aktiviteter der indebærer fysisk anstrengelse, f.eks. fitness eller yoga
  - Ophold i lukkede rum med dårlig ventilation

### **Ændringer i retningslinjer for selvisolation af nære kontakter**

Jf. Sundhedsstyrelsens retningslinjer for opsporing og håndtering af nære kontakter opfordres nære kontakter til at blive testet to gange, på dag 4 og dag 6, og til at selvisolere indtil første negative testresultat.

Det anbefales, som en ekstra sikkerhedsforanstaltning, at retningslinjer for ophør af selvisolation skærpes, således at nære kontakter først må ophøre selvisolation efter 2. negative testsvar.

Den nye anbefaling lyder derfor:

- Når man identificeres som nær kontakt, skal selvisolation ske hurtigst muligt og fastholdes indtil 2. negative testsvar.

Retningslinjer for antal og tidspunkter for test af nære kontakter, ændres der *ikke* ved.

### **Særligt i forhold til nære kontakter til personer smittet med virusvarianter**

På baggrund af nye anbefalinger fra ECDC indføres der desuden nogle særlige anbefalinger for personer smittet med en virusvariant og deres nære kontakter. Der vil være tale om personer som har en positiv delta PCR test (gælder alle typer af virusvarianter). Det vil være Styrelsen for Patientsikkerhed, som rådgiver den enkelte.

Der anbefales, ud fra et forsigtighedsprincip, følgende for personer, som har en positiv delta PCR test og deres nære kontakter:

- Nære kontakter til personer, der er konstateret smittet med en virusvariant, må først ophæve selvisolation ved negativt testsvar på dag 14. Der skal efter ophævelse af selvisolation være efterfølgende skærpet fokus på efterlevelse af de generelle, smitteforebyggende anbefalinger. De nære kontakter får også foretaget test på dag 4 og dag 6 efter sidste nære kontakt med personen, der er smittet, med henblik på at igangsætte kontaktopsporing ved positiv svar.
- Hvis en nær kontakt til en smittet person med en virusvariant udvikler symptomer i løbet af isolationsperioden, skal der iværksættes kontaktopsporing med det samme. Dette gælder også, selvom den nære kontakt ikke har fået svar på sine test endnu.

Det er vigtigt, at der i kommunikationen med de nære kontakter bliver understreget vigtigheden i at fastholde hele selvisolationsperioden for at forebygge udbredelse af mere smitsomme virusvarianter og understøtte epidemikontrollen.

### **Ekstra fokus på de generelle smitteforebyggende anbefalinger**

Der opfordres til skærpet og øget opmærksomhed på at efterleve de smitteforebyggende anbefalinger. Sundhedsstyrelsen sætter øget fokus på den borgerrettede kommunikation.

Hovedprioriteterne i forebyggelse af smittespredning er:

- 1) Isolation af smittede personer, med fokus på selvisolation og test ved symptomer, samt på opsporing af nære kontakter til smittede.
- 2) Hygiejne med fokus på hostetikette, håndhygiejne samt reduktion og rengøring af kontaktpunkter.
- 3) Reduktion af tæt kontakt mellem mennesker, særligt ansigt-til-ansigt kontakt, med fokus på afstand, antal, hyppighed, varighed, luftskifte og brug af barrierer.

Sundhedsstyrelsens seks generelle råd er:

- Bliv hjemme hvis du er syg.
- Vask dine hænder tit, eller brug håndsprit.
- Host eller nys i dit ærme.
- Undgå håndtryk, kindkys og kram – begræns den fysiske kontakt.
- Vær opmærksom på rengøring – både hjemme og på arbejdspladsen.
- Hold afstand og bed andre tage hensyn.