

Instruks for medarbejdere og elever med symptomer, der kunne være forenelige med COVID-19

Ved genåbningen af skolen skal denne instruks overholdes. Instruksen er udarbejdet på baggrund af Sundhedsstyrelsens Vejledning for gradvis, kontrolleret genåbning af ungdoms- og voksenuddannelse og skal medvirke til at skabe klarhed over hvilke forholdsregler, man skal tage i tilfælde af sygdom/symptomer, som kan være forenelige med COVID-19

- Instruksen herunder skal gennemgås af alle elever, lærere og øvrige medarbejdere, som skal opholde sig på skolen
- Studér og efterlev også instruksen om Hensigtsmæssig adfærd i hverdagen på sidste side

Tegn på sygdom

Nogle mennesker, især yngre, kan have COVID-19 uden at udvikle symptomer. På nuværende tidspunkt vurderes det, at man kan smitte 48 timer før der er symptomer. Derfor er der også særlige forholdsregler for personer uden tegn på sygdom.

Mistanke om COVID-19 bør opstå ved alt fra milde symptomer på luftvejsproblemer, der kan tyde på luftvejsinfektion. Det kan fx være hoste, feber, ondt i halsen, muskelsmerter eller vejrtrækningsbesvær. For de, der udvikler symptomer, er det karakteristisk, at man til at begynde med har milde symptomer, som ondt i halsen, muskelsmerter og evt. tør hoste. I dette stadium har man ofte let eller ingen feber. Andre typiske symptomer er feber og hovedpine. Ved forløb med forværring kan der tilkomme åndenød, herunder hurtig vejrtrækning.

Stoppet næse eller løbenæse uden andre symptomer er ikke typisk for COVID-19, dvs. det er mindre sandsynligt, at symptomerne skyldes COVID-19, uden at det dog kan udelukkes.

- **Hvornår må ansatte og elever komme i skole**
Som elev eller medarbejder på FGU Bornholm, må du komme i skole/på arbejde, når du ikke har symptomer på sygdom. Det betyder, at hvis du har symptomer på sygdom, også milde symptomer som forkølelse, skal du blive hjemme, indtil du er rask. I forhold til COVID-19 betragtes man som rask, når der er gået 48 timer, efter symptomerne er ophørt. Herefter må man komme i skole/på arbejde igen.
- **Hvornår er man syg?**
Man vurderes som syg, når der er symptomer på sygdom, også ved milde symptomer som forkølelse. Det betyder, at man ved symptomer på sygdom skal blive hjemme fra arbejde eller skole.
- **Ved sygdom opstået på skolen**
Hvis du som elev eller en ansat får symptomer på sygdom, mens du er i skole, skal du hurtigst muligt tage hjem og blive der, indtil 48 timer efter de har haft sidste symptomer. Hvis du, der har været i skole, og konstateres smittet med COVID-19, skal du give skolen besked om det hurtigst muligt, med henblik på at de personer, den pågældende har været i nær kontakt med, informeres. Du skal give skolen besked, enten via Lectio, telefon eller på mail.

Nære kontakter skal efterfølgende være særligt opmærksomme på sygdomstegn og i endnu højere grad følge de generelle råd om god hygiejne, men de må som udgangspunkt gerne må møde op i skolen. Skolens ledelse gør de berørte elever, forældre og lærere, der har været en nær kontakt til den smittede opmærksom på Sundhedsstyrelsens materiale til nære kontakter.

- **Hvis en i husstanden er påvist med COVID-19**

Det anbefales, at personer med påvist COVID-19 i så høj grad som muligt isolerer sig i hjemmet væk fra andre i husstanden og ikke har fysisk kontakt med personer i hjemmet, jf. generelle råd til dig, der har tegn på sygdom. Hvis man bor i husstand med en person med påvist COVID-19 må man gerne komme i skole eller på arbejde. Der opfordres dog til, at man i sådanne tilfælde er særligt opmærksom på at efterleve Sundhedsstyrelsens anbefalinger for adfærd samt være særligt opmærksom på symptomer på sygdom og bliver hjemme, hvis man får symptomer. Personer, der forlader husstanden, skal vaske hænder lige inden hjemmet forlades.

- **Risiko for smitte ved personer uden symptomer på COVID-19**

Hvis der forekommer smitte fra personer uden symptomer, sker det ikke ved hoste/nys, men ved, at der overføres smitstof fra næse og mund via hænder til genstande og overflader, der berøres af andre. Der smittes ved ligeledes at røre ved næse/mund. Hyppig håndvask med vand og flydende sæbe, rengøring (særligt af kontaktpunkter, som fx håndtag) og afstand er derfor de vigtigste elementer i at hindre smittespredning



[corona | covid-19]

Hensigtsmæssig adfærd i hverdagen



Vask hænder
Hyppig og grundig håndvask. Brug håndsprit/vådservietter



Begræns fysisk kontakt
Undgå håndtryk, kindkys og kram.



Udvis god hostetikette
Nys eller host ikke på andre. Brug engangslommetørklæde. Om nødvendigt ærmet ved albuebøjningen.



Bliv hjemme ved sygdom
Personer, som har symptomer, bør kontakte deres læge telefonisk. Ældre, svækkede og personer med kronisk sygdom bør nøje overveje deres deltagelse i større arrangementer mv.



Vær opmærksom
Udvis hensigtsmæssig adfærd på steder, hvor der færdes mange mennesker, eksempelvis offentlige transportmidler og ved besøg hos ældre eller syge.











Find information på coronasmitte.dk