



COVID-19: Opsporing og håndtering af nære kontakter



18. august 2021

COVID-19: Opsporing og håndtering af nære kontakter

© Sundhedsstyrelsen, 2021.
Publikationen kan frit refereres
med tydelig kildeangivelse.

Sundhedsstyrelsen
Islands Brygge 67
2300 København S

www.sst.dk

Elektronisk ISBN: 978-87-7014-320-2

Sprog: Dansk
Version: 10
Versionsdato: 18. august.2021
Format: pdf

Udgivet af Sundhedsstyrelsen,
August 2021

Indholdsfortegnelse

1. Opdateringer	4
2. Baggrund	5
2.1. Smitteopsporing i en dansk kontekst	6
3. Hvem er en nær kontakt?	7
4. Hvad sker der, når man er nær kontakt?	9
4.1. Identifikation og kontakt til nære kontakter	9
4.2. Opsporing af den, der har smittet den smittede.....	10
4.3. Testintervaller og –hyppighed ud fra matematiske modeller	11
4.4. Selvisolation og test af nære kontakter	11
4.5. Nære kontakter, der er færdigvaccinerede	13
4.6. Nære kontakter, som tidligere har været smittet	14
4.7. Henvisning til test af nære kontakter for ny coronavirus	15
4.8. Nære kontakter med positiv test.....	15
4.9. Eksponering for smitte over en længere periode.....	15
4.10. Særligt for børn som er nære kontakter	16
5. Screeningstest af andre kontakter i særlige situationer	18
5.1. Appen smittelstop	18
5.2. Test af andre kontakter.....	19
6. Information om kontaktopsporing	20
6.1. Information til personer, som er testet positiv for ny coronavirus.....	20
6.2. Information til nære kontakter	20
Bilag 1	22
Bilag 2	24
Bilag 3	25
Bilag 4	26

1. Opdateringer

Dette er den 10. version af retningslinje for *Opsporing og håndtering af nære kontakter*. Retningslinjen er opdateret på baggrund af den store vaccinationstilslutning sammenholdt med øvrige smitteforebyggende tiltag, som har bidraget til høj epidemikontrol og få indlagte med COVID-19 til trods for den dominerende og mere smitsomme deltavariant.

Denne version er opdateret i forhold til den tidligere version 9. fra d. 5 juli 2021, med følgende:

- Kap 2: Opdatering efter den nuværende epidemisituation samt vaccineudrulning.
- Kap 3: Afstandskriteriet for at være en nær kontakt ændres til 1 meter. Det vil sige, at man nu er nær kontakt, hvis man har været tættere end 1 meter på en smittet person med COVID-19 i mere end 15 minutter. Dette gælder i alle situationer.
- Tilføjelsen om generel smitteopsporing i version 9 af nære kontakter til nære kontakter (tidligere beskrevet i kapitel 5 i version 9) bortfalder. Desuden bortfalder afsnittet om information til nære kontakters nære kontakter (tidligere beskrevet i afsnit 7.3 i version 9).
- Opdatering og redigering af kap 5 om screeningstest af andre kontakter på baggrund af Sundhedsstyrelsens nyeste afstandsanbefaling i seneste version af Forebyggelse af smittespredning udgivet d. 11 august 2021.
- Tilføjelse af bilag: Beskrivelse af sundhedsmyndighedernes ansvarsområder samt anbefalinger om selvisolation, og hvad man skal gøre når man er testet positiv er sat i nye bilag (hhv. bilag 2, 3 og 4).

2. Baggrund

Effektiv opsporing og håndtering af smittetilfælde er et centralt element, som i samspil med udrulning af vaccinationsindsatsen og andre smitteforebyggende tiltag, er med til at bevare kontrollen over epidemien og fastholde hverdagen for den enkelte.

Programmet for nære kontakter vurderes løbende og tilrettes på baggrund af evt. ny viden om ny coronavirus, aktuelle retningslinjer og anbefalinger fra World Health Organization (WHO) og European Center for Disease Prevention and Control (ECDC), nationale anbefalinger fra sammenlignelige lande, nationale erfaringer med programmet samt rådgivning fra danske eksperter. Det anbefalede antal af test på specifikke dage, og i kombination med selvisolation, er således baseret på tilgængelig evidens om inkubationstid, præsymptomatisk og asymptomatisk smitte mv.

Der er i tilrettelæggelsen af programmet inddraget teoretisk, matematisk modellering af forskellige testprogrammer for nære kontakter, ligesom Sundhedsstyrelsen er regelmæssigt blevet rådgivet om tilrettelæggelse af programmet ved en faglig ekspertgruppe med deltagelse af specialister i infektionsmedicin, almen medicin, anæstesiologi, pædiatri, klinisk mikrobiologi, samfundsmedicin og infektionsepidemiologi samt repræsentanter fra sygehusledelse, Statens Serum Institut og Styrelsen for Patientsikkerhed.

Denne version er opdateret på baggrund af stor vaccinationstilslutning i befolkningen på 12 år og derover sammenholdt med øvrige smitteforebyggende tiltag, som betyder, at der er høj epidemikontrol, og at sygdomsbyrden i samfundet har stabiliseret sig på et meget lavt niveau. Der er få indlagte og meget få dødsfald med COVID-19. Det er på trods af, at den dominerende deltavariant er mere smitsom og kan give anledning til mere alvorlige sygdomsforløb end tidligere kendte virusvarianter.

Samlet set er det baggrunden for, at det vurderes sundhedsfagligt forsvarligt at lempe på kriterierne for at være en nær kontakt. Dette omfatter en justering af afstandskriteriet fra 2 meter til 1 meter. Det vil sige, at man nu er nær kontakt, hvis man har været tættere end 1 meter på en smittet person med COVID-19 i mere end 15 minutter. Dette gælder i alle situationer (også ved sang og fysisk aktivitet mm.).

Desuden bortfalder anbefalingen om at identificere, opspore og teste nære kontakter til nære kontakter, som blev indført i sidste version 9. Hvis der fremkommer nye varianter med særlig øget smitsomhed, øget alvorlighed eller udfordringer i forhold til effekt af vacciner, kan der blive indført test og evt. isolation af både nære kontakter og af de nære kontacters nære kontakter. Statens Serum Institut vil, hvis der fremkommer sådanne nye særligt bekymrende varianter, sende en liste over disse til Styrelsen for Patientsikkerhed. Aktuelt er der ikke nogen varianter på denne liste.

Programmet for opsporing og håndtering af nære kontakter er baseret på følgende principper:

- Programmet skal sikre mest mulig inddæmning af smitte, hvilket kræver, at indsatsen er tilrettelagt, så den kan efterleves af den enkelte borger
- Programmet skal kunne formidles bredt og kommunikeres på en meningsfuld måde til borgerne
- Antallet af test og testintervaller skal bygge på sundhedsfaglig viden, og skal så vidt muligt understøtte fastholdelse af den enkelte borgers hverdagsliv
- Et ønske om at bevare samfundet åbent samtidig med epidemien holdes under kontrol.

Formålet med denne retningslinje er at beskrive rammerne for det nuværende program for opsporing af nære kontakter til personer, som er testet positiv for ny coronavirus.

2.1. Smitteopsporing i en dansk kontekst

Smitteopsporingsindsatsen bygger på tidlig identifikation af personer, der er smittet med ny coronavirus samt en efterfølgende opsporing af kontakter med isolation og test af de kontakter, der identificeres. Foruden en manuel kontaktopsporing, anvendes også digitale løsninger, som skal være med til at identificere kontakter, der ikke ellers umiddelbart ville være blevet fundet.

I det danske kontaktopsporingsprogram er smitteinddæmning prioriteret, samtidig med at hensynet til den enkeltes borgers mulighed for at efterleve programmet også er tænkt ind, da programmet kun er effektivt, hvis den enkelte borger overholder anbefalingerne i programmet.

Matematisk modellering er i tilblivelsen af kontaktopsporingsprogrammet anvendt til at beregne den teoretiske smitteinddæmning ved indførelse af forskellige test- og isolationsregimer. Matematiske modeller kan dog ikke alene anvendes som grundlag for tilrettelæggelse af kontaktopsporingsprogrammet og anvendes her i kombination med øvrig tilgængelig viden fra bl.a. litteraturen.

Vaccinationsindsatsen mod COVID-19 og den underliggende viden om vaccineres beskyttende effekt, har betydning for håndtering af de nære kontakter, der er færdigvaccinerede, hvilket kontaktopsporingsprogrammet tager højde for.

Der kan samtidig i situationer, hvor der er mistanke om et udbrud, iværksættes udbruds-efterforskning, hvor smittekæder identificeres.

De tre myndigheder, Statens Serum Institut, Styrelsen for Patientsikkerhed og Sundhedsstyrelsen, har forskellige opgaver og ansvarsområder i relation til smitteopsporing (se bilag 2 for kort opsummering af de tre myndigheders ansvarsområder).

3. Hvem er en nær kontakt?

Boks 1. Definition af nære kontakter

- 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 1 meter i mere end 15 minutter af en, der har fået påvist ny coronavirus (fx i samtale med personen).

Nære kontakter vil være alle dem, man bor sammen med og dagligt deler soveværelse, sofa, kram osv. med, dvs. medlemmer i ens husstand. Derudover vil det gælde alle, man har haft direkte fysisk kontakt med fx nærmeste venner og familiemedlemmer.

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at man holder afstand til personer i det offentlige rum, når det er muligt¹. I forhold til hvornår man er en nær kontakt, vil alle, der har været indenfor 1 meter i mere end 15 minutter af en der har fået påvist ny coronavirus, være en nær kontakt. Det vil være i situationer, hvor man i længere tid har siddet tættere på hinanden end 1 meter ved et middagsbord. Det kan også gælde for kolleger, hvor man har siddet eller været tættere på hinanden end 1 meter i mere end 15 minutter.

Der kan dertil være særlige situationer, hvor der kan være en øget risiko for smittespredning af ny coronavirus til trods for, at kriterierne for at være nær kontakt ikke er opfyldt. I sådanne særlige situationer kan det, som en ekstra sikkerhedsforanstaltning, være relevant at teste personer, der har været i nærheden af den, der er smittet. Dette er beskrevet i kapitel 5.

Man er ikke selv nær kontakt, hvis man har været tæt på en, som er identificeret nær kontakt. Det er først, hvis personen tester positiv for ny coronavirus, at der skal igangsættes kontaktopsporing af nære kontakter.

Smitteperioden, som anvendes til at identificere nære kontakter, er den periode, hvor der er størst risiko for, at den smittede person har kunne smitte andre. Risikoen for smitte mellem personer er størst, når en smittet person har udtalte symptomer. Der kan dog også ske smitte fra personer med milde eller ingen symptomer, dvs. præsymptomatisk

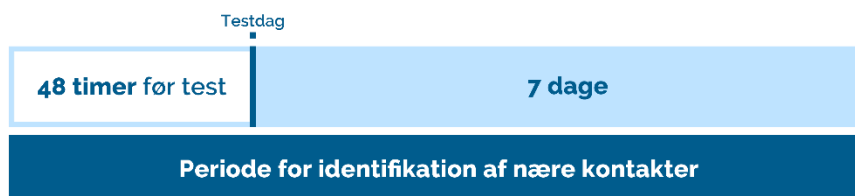
¹ Jf. Sundhedsstyrelsens [COVID-19: Forebyggelse af smittespredning](#).

og asymptomatisk smitte, herunder fra personer der er fuldt vaccinerede. Derfor omfatter smitteperioden også tiden før debut af symptomer.

Figur 1. Periode for identifikation af nære kontakter ved symptomer



Figur 2. Periode for identifikation af nære kontakter uden symptomer



Der er bred enighed på tværs af lande samt WHO og ECDC om at anvende 48 timer før hhv. debut af symptomer og en positiv test, som grænse for hvor lang tid tilbage i tiden man skal gå for at identificere de nære kontakter, der har risiko for at være blevet smittet med ny coronavirus.

Boks 2. Smitteperiode for personer med ny coronavirus

Smitteperioden for personer med symptomer og positivt testsvar er:

- Fra 48 timer før symptomdebut til 48 timer efter symptomophør

Smitteperioden for personer uden symptomer og med positivt testsvar er:

- Fra 48 timer før personen fik foretaget testen til og med 7 dage efter testen

I udbrudsefterforskning kan det dog være relevant at gå længere tilbage end de 48 timer, hvis man vil finde frem til den person, der har smittet den pågældende. I disse tilfælde går man 7 dage tilbage. Denne opgave varetages i Styrelsen for Patientsikkerhed.

4. Hvad sker der, når man er nær kontakt?

Når en person testes positiv for ny coronavirus, skal der ske opsporing af nære kontakter til den smittede person.

De nære kontakter kontaktes hurtigst muligt, så de straks kan gå i selvisolation (hvis de ikke er færdigvaccineret² eller tidligere smittet inden for de sidste 12 måneder) med henblik på at mindske og forebygge smittespredning og derefter følge program for test af nære kontakter. Indsatsen består af tre dele:

1. **Identifikation** af nære kontakter. Dette omfatter en gennemgang af, hvilke kontakter til den smittede person, der opfylder mindst ét af kriterierne i definitionen om at være en nær kontakt inden for den fastsatte smitteperiode (jf. kap 3).
2. **Kontakt** til de nære kontakter, som informeres om, at de er en nær kontakt til en smittet person, og hvordan de skal forholde sig som nære kontakter.
3. **Selvisolation³ og test** af nære kontakter med henblik på at mindske smittespredning.

4.1. Identifikation og kontakt til nære kontakter

Personer har adgang til deres testresultat via sundhed.dk, hvor der også findes et link til Sundhedsstyrelsens informationsmateriale om, hvad man skal gøre, hvis man tester positiv (se også bilag 4). I tilfælde af et positivt testsvar opfordres den enkelte til at isolere sig og gå i gang med at finde ud af, hvem der er ens nære kontakter.

Styrelsen for Patientsikkerhed står for opsporing af nære kontakter via enheden, *Coronaopsporing*. Coronaopsporing kontakter alle, der er testet positive med ny coronavirus - som udgangspunkt inden for 24 timer. Det anbefales, at alle nære kontakter får deres henvisninger til tests via Coronaopsporing, bl.a. for at blive prioriteret i testsystemet som nær kontakt.

Hvis man i stedet selv booker på coronaprover.dk, er det vigtigt, at man sørger for at booke to tests med det rette tidsinterval samt at angive, at man er nær kontakt.

² Man er færdigvaccineret 14 dage efter sidste anbefalet stik.

³ Selvisolation omfatter de nære kontakter, som ikke er færdigvaccineret eller tidligere smittet inden for de sidste 12 måneder.

Boks 3. Opsporing af nære kontakter gennem Coronaopsporing

- Coronaopsporing sender et brev i e-boks med information om isolation og opsporing af nære kontakter til alle, der er testet positive. I brevet er der links til Sundhedsstyrelsens pjecer [Til dig, der er testet positiv med ny coronavirus](#) og [Til dig, der er nær kontakt til en, der er testet positiv for ny coronavirus](#). I brevet er der også link til [Styrelsen for Patientsikkerheds information til nære kontakter](#).
- Coronaopsporing ringer til personer, der er testet positive og informerer om, hvordan de skal forholde sig og tilbyder støtte med at afklare, hvem der er nære kontakter.
- Coronaopsporing kontakter og informerer de nære kontakter om, at de har været tæt på en person, der er testet positiv, og hvordan de skal forholde sig.
- Coronaopsporingen vurderer og rådgiver ligeledes om, at der kan være en bredere kreds af kontakter, der bør få foretaget en screeningstest, jf. kap. 5.
- Hvis nære kontakter tester positiv for ny coronavirus, opfordres de til at ringe til Coronaopsporing på tlf. 32 32 05 11 for at få sundhedsfaglig rådgivning.

4.2. Opsporing af den, der har smittet den smittede

Med det formål at inddæmme smitten mest muligt igangsættes opsporing af smitekilden til den smittede person, dvs. bagudrettet opsporing. Et mere detaljeret kendskab til eksponeringskilden er et væsentligt bidrag til at opnå og bevare kontrol med epidemien i Danmark.

Opsporing af den, der har smittet den smittede foregår allerede som led i udbrudsefterforskning på fx sygehuse. Styrelsen for Patientsikkerhed forestår opsporingen og anvender en standardiseret spørgeguide til formålet. Udbrudsefterforskning beskrives ikke nærmere her, men varetages som en del af smitteopsporingen i regi af Styrelsen for Patientsikkerhed.

4.3. Testintervaller og –hyppighed ud fra matematiske modeller

For at fastlægge hvor mange, og hvor ofte nære kontakter bør lade sig teste, har Sundhedsstyrelsen inddraget og vægtet flere relevante parametre (jf. afsnit 2.1. for en nærmere beskrivelse).

Der er i tilrettelæggelsen af programmet blandt andet brugt matematiske modeller til at belyse, hvordan forskellige testprogrammer for nære kontakter har betydning for den teoretiske inddæmning af smitte. Her ses det, at effekten ift. smitteinddæmning er større ved at lade nære kontakter teste to gange frem for én, samt en større effekt på smitteinddæmningen ved at perioden for selvisolation varer indtil negativt svar på den anden test.

De matematiske modeller er behæftet med usikkerhed, men kan give en relevant indikation af varigheden af selvisolation og forskellige testintervallers betydning for smitteinddæmningen.

Foruden de matematiske modelleringer, er kendskabet til udbredelsen af de mere smittsomme virusvarianter ligeledes inddraget og baseret på risikovurderinger og beskrivelser udarbejdet af ECDC og Statens Serum Institut.

Alle nære kontakter, skal således:

- Gå i selvisolation hurtigst muligt, hvis de **ikke** er færdigvaccineret⁴ eller tidligere smittet inden for de sidste 12 måneder.
- Følge et program med PCR test på hhv. dag 4 og dag 6⁵ efter seneste kontakt med personen, der er påvist smittet. Dette gælder også for nære kontakter, som er vaccineret eller tidligere smittet.
- Hvis den nære kontakt får symptomer på COVID-19, opfordres der umiddelbart til test (med henblik på evt. hurtig iværksættelse af kontaktopsporing kan der tages antigen test samtidig med PCR-test).
- Ophør af selvisolation kan finde sted efter negativt svar på den sidste test (gælder nære kontakter, som ikke er færdigvaccineret eller tidligere smittet).

4.4. Selvisolation og test af nære kontakter

Når man identificeres som nær kontakt, skal man gå i selvisolation hurtigst muligt, hvis man ikke er færdigvaccineret eller tidligere smittet indenfor de sidste 12 måneder. Alle

⁴ Man er færdigvaccineret 14 dage efter sidste anbefalet stik.

⁵ Ved husstandsmitte gælder der nogle særlige anbefalinger for testintervaller og testtidspunkter jf. afsnit 4.9.

nære kontakter skal følge et fastlagt testprogram med to PCR-tests på hhv. dag 4. og dag 6. efter kontakt med den smittede. Selvisolationen for ikke vaccinerede eller tidligere smittede personer fastholdes indtil negativt svar på den sidste PCR test taget på 6. dagen efter sidste eksponering for smitte. Det er væsentligt, at man følger programmet nøje for at undgå at sprede smitte med ny coronavirus.

Hvis man som nær kontakt i en længere periode har været løbende udsat for smitte fx ved smitte i husstanden, gælder der særlige testintervaller, som beskrevet i afsnit 4.9.

Sundhedsstyrelsen har udarbejdet generelle råd om selvisolation for at mindske eventuel smittespredning. Personer, som er påvist smittede med ny coronavirus og nære kontakter, som ikke har mulighed for selvisolation i eget hjem, kan henvende sig til kommunen vedr. tilbuddet om et frivilligt ophold på en kommunal isolationsfacilitet, såfremt de opfylder kriterierne herfor⁶. For yderligere information henvises til Sundhedsstyrelsens retningslinje, [COVID-19: Isolation ved påvist COVID-19](#) samt bilag 3, som også beskriver hvordan husstanden kan forholde sig, hvis et barn er nær kontakt.

Test af nære kontakter foretages i lokale teststeder og bør prioriteres således, at der sikres rettidig opsporing og inddæmning af smitte, jf. Sundhedsstyrelsens [Retningslinjer for håndtering af COVID-19 i sundhedsvæsenet](#).

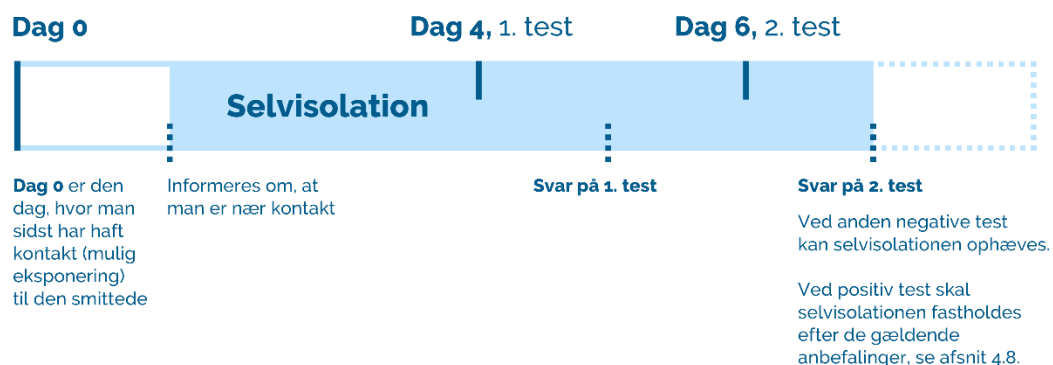
Boks 5. Testinterval for nære kontakter

- **1. test** foretages tidligst 4 dage efter, man sidst blev udsat for mulig smitte, dvs. sidste kontakt med personen, der er påvist smittet (dag 0).
- **2. test** foretages to dage efter 1. test uanset, om der er kommet svar på første test:
 - Ved 1. test på dag 4 foretages 2. test på dag 6, som udføres uanset, om der er kommet svar på første test fra dag 4.
 - Ved 1. test på dag 5 foretages 2.test på dag 7, som udføres uanset, om der er kommet svar på første test fra dag 5.
 - Ved 1. test på 6. dag og frem foretages ikke yderligere test

Hvis der er gået mere end 14 dage siden sidste mulige eksponering af smitte, henvises den nære kontakt ikke til test.

⁶ Jf. BEK nr 181 af 05/02/2021

Figur 3. Det generelle testinterval for nære kontakter



For at opstarte kontaktopsporing så tidligt som muligt kan nære kontakter, som udvikler symptomer, med fordel tage en antigen test hurtigst muligt, i kombination med en PCR-test. På denne måde kan den nære kontakt med symptomer få et hurtigt svar, som efterfølgende følges op med en PCR-test for at sikre, at testsvaret fra antigen testen er korrekt. Brug af antigen test kan her være særlig relevant, da tid er en væsentlig faktor i forhold til at finde personens nære kontakter, så de også kan gå i selvisolation og på den måde forhindre yderligere smittespredning. Derudover vil risikoen for, at nære kontakter med symptomer kan have smittet andre omkring sig, være højere, sammenlignet med de nære kontakter, som ikke har symptomer.

4.5. Nære kontakter, der er færdigvaccinerede

Den nuværende viden bekræfter, at de aktuelt godkendte COVID-19 vacciner beskytter overfor COVID-19 og bidrager til at forebygge smittespredning. De godkendte vacciner vurderes også at beskytte over for deltavarianten⁷.

Sundhedsstyrelsen har i sin publikation *Anbefalinger til vaccinerede personer* givet anvisninger til konkrete situationer, hvor det vurderes sundhedsfagligt forsvarligt at lempe på de eksisterende retningslinjer og smitteforebyggende foranstaltninger, når man er færdigvaccineret.

For nære kontakter, der er færdigvaccineret, betyder det således, at de kan **undlade at selvisolere sig**, hvis de opfylder nedenstående kriterier:

⁷ Statens Serum Institut. Risikovurdering af B.1.617.2 – opdatering. 2 juli 2021.: <https://www.ssi.dk/-/media/cdn/files/risikovurdering-af-variant-b1617202072021.pdf?la=da>

- Er færdigvaccineret (dvs. 14 dage efter sidste anbefalet vaccination⁸ - uanset vaccine)
- Og er asymptomatisk (dvs. personen ikke har haft symptomer på COVID-19 siden eksponering).

Nære kontakter, der opfylder ovenstående kriterier, skal dog fortsat lade sig teste to gange, som beskrevet i afsnit 4.4.

Såfremt en nær kontakt, der er færdigvaccineret, udvikler symptomer forenelige med COVID-19, betragtes vedkommende som mistænkt smittet, og bør straks gå i selvisolation og lade sig teste hurtigst muligt med en PCR test. Hvis testen er negativ kan man ophæve selvisolationen, da det må formodes, at de fejler noget andet. De bør færdiggøre testprogrammet for nære kontakter, det vil sige blive testet på dag 4 og dag 6.

4.6. Nære kontakter, som tidligere har været smittet

For tidligere smittede personer, som bliver nære kontakter inden for 12 måneder efter en positiv PCR-test (dokumenteret i Coronapas), gælder følgende:

- at de **ikke** behøver at gå i selvisolation
- Hvis det er mindre end 12 uger siden, den positive PCR test blev foretaget, kan de også undlade at blive testet⁹.
- Hvis det er mellem 12 uger og 12 måneder siden den positive PCR test, bør de testes på dag 4 og dag 6.

Såfremt en nær kontakt, der er tidligere smittet, udvikler symptomer forenelige med COVID-19, betragtes vedkommende ud fra et forsigtighedsprincip som mistænkt smittet, og bør straks gå i selvisolation og lade sig teste hurtigst muligt med en PCR test. Hvis testen er negativ kan man ophæve selvisolationen, da det må formodes at de fejler noget andet. De bør færdiggøre testprogrammet for nære kontakter, det vil sige blive testet på dag 4 og dag 6. Hvis der er tvivl om, hvorvidt der er tale om en reinfektion, kan vedkommende kontakte praktiserende læge.

⁸ COVID-19 vaccinen fra Johnson og Johnson kræver kun et stik.

⁹ Dette skyldes at testen i denne periode kan være positiv pga. inaktiv virus jf. [Sundhedsstyrelsens Retningslinjer for håndtering af COVID-19 i sundhedsvæsenet](#)

4.7. Henvisning til test af nære kontakter for ny coronavirus

For nære kontakter kan henvisning til test for ny coronavirus ske ved at ringe til Coronaopsporing på tlf. 32 32 05 11 for at afklare, hvilke dage, der skal bestilles tid og for at få henvisning til tests. Derefter bookes de to tests på coronaprover.dk.

Hvis man som nær kontakt selv booker tid til test uden at kontakte Coronaopsporing, er det vigtigt, at man husker at booke to tider til at blive testet og samtidig anføre, at man er nær kontakt. Man kan dog kun booke én test af gangen, hvis man booker test udenom Coronaopsporing.

4.8. Nære kontakter med positiv test

Den nære kontakt med et positivt testsvar, skal gøre følgende:

- 1) Fastholde eller gå i selvisolation.
- 2) Igangsætte identifikation af nære kontakter.
- 3) Ikke møde op til 2. test (hvis den endnu ikke er foretaget) samt afmelde tiden.
- 4) Hvis personen udvikler symptomer: fortsætte selvisolation indtil 48 timer **efter** symptomophør **eller**
- 10 dage **efter** symptomdebut, forudsat 48 timers feberfrihed (uden temperatursænkende medicin) og betydelig klinisk bedring, og dermed kun mildere grad af tilbageværende symptomer, i form af fx hoste, tab af smags- og/eller lugtesans, hovedpine, træthed mv.
- 5) Hvis personen ikke udvikler symptomer: fortsætte selvisolation indtil 7 dage efter testen blev taget.

Det anbefales ikke, at smittede personer skal have en negativ test for at komme tilbage igen på arbejde, på uddannelse eller lignende. Testen kan nemlig i en længere periode være positiv efter symptomophør pga. inaktiv virus, selv om man er rask og ikke længere smitter (jf. Sundhedsstyrelsens Retningslinjer for håndtering af COVID-19 i sundhedsvæsenet).

4.9. Eksponering for smitte over en længere periode

Der vil være nogle nære kontakter, som løbende er blevet eksponeret for smitte, og hvor eksponeringstidspunktet derfor ikke kan fastsættes præcist. Det kan fx være tilfældet, hvor en person er smittet med ny coronavirus i en husstand, og hvor det antages af de øvrige husstandsmedlemmer dagligt har haft tæt og fysisk kontakt til den smittede person.

Retningslinjer for testinterval i sådanne situationer afhænger af, hvorvidt eksponeringen ophører jf. nedenstående:

Hvis eksponeringen ophører, som følge af, at personen der er smittet selvisolerer, anbefales følgende testinterval for de nære kontakter:

1. Én test hurtigst muligt.
2. Herefter følges det generelle testinterval for nære kontakter, dvs. yderligere to tests på hhv. dag 4 og dag 6 efter ophør af eksponering, med ophør af selvisolation efter negativt svar på testen fra dag 6.

Hvis eksponeringen ikke ophører, og den løbende eksponering fortsætter, fx hvis en forælder passer og isolerer sig med et smittet barn i sygdomsperioden, anbefales følgende testinterval til den nære kontakt:

- Én test hurtigst muligt.
- Endnu en test, når den smittede person har haft 48 timer uden symptomer **eller** 10 dage **efter** symptomdebut, forudsat 48 timers feberfrihed (uden temperatur-sænkende medicin) og betydelig klinisk bedring, og dermed kun mildere grad af tilbageværende symptomer, i form af fx hoste, tab af smags- og/eller lugtesans, hovedpine, træthed mv. Hvis denne test er negativ, kan isolationen ophæves.'
- Hvis den smittede person er asymptomatisk, anbefales én test 7 dage efter den smittede person blev testet (og ikke 7 dage efter modtaget testsvar). Hvis denne test er negativ, kan isolationen ophæves.

Der gælder således for begge situationer, at man skal blive i selvisolation frem til sidste negative testsvar, hvis man ikke er vaccineret eller tidligere smittet. Den første test bør tages hurtigst muligt for at opspore og påvise evt. smitte i husstanden, fx i tilfældet med en asymptomatisk forælder, der går i selvisolation med sit syge barn. De følgende tests er for at sikre, at den første test ikke er taget for tidligt, og at virus derfor endnu ikke kunne påvises.

4.10. Særligt for børn som er nære kontakter

Ifølge Sundhedsstyrelsens Retningslinjer for håndtering af COVID-19 i sundhedsvæsenet anbefales test af asymptomatiske børn til og med 12 år kun, hvis resultatet kan have betydning for det videre behandlingsforløb, eller hvis andre særlige forhold taler herfor. Ved særlige forhold skal bl.a. forstås børn, som er nære kontakter til en person, der har fået påvist ny coronavirus, eller som er hjemsendt fra skole i forbindelse med udbrudshåndtering for COVID-19.

Hvis der er et ønske om, at et asymptomatisk barn, som har været nær kontakt til en person med påvist ny coronavirus, ikke bliver testet, anbefales det, at barnet bliver hjemme i

isolation indtil 7 dage efter, de sidst var eksponeret for smitte. Såfremt barnet i denne periode ikke udvikler symptomer på COVID-19, kan det efterfølgende komme i institution eller i skole.

For mindre børn, der endnu ikke er startet i institution, og som kun er nære kontakter til familiemedlemmer, anbefales det som udgangspunkt kun at teste barnet, hvis det udvikler symptomer, eller hvis det på baggrund af en sundhedsfaglig visitation vurderes relevant.

Aldersgrænsen i ovenstående er vejledende, og på baggrund af et konkret fagligt skøn kan behovet for test vurderes ved det enkelte barn.

5. Screeningstest af andre kontakter i særlige situationer

Som tidligere nævnt kan der være særlige situationer, hvor kriterierne for at være nær kontakt ikke er opfyldt, men hvor andre risikofaktorer tilsiger, at det anbefales at foretage en screeningstest for at forebygge smittespredning. Dette er altså et ekstra supplement til kontaktopsporing af nære kontakter.

Det kan være situationer, hvor der er andre risikofaktorer, som fx mange konstaterede smittede ved samme begivenhed og dermed mistænkt 'superspredning', eller hvor der på en arbejdsplads konstateres flere smittede (mere end ét påvist tilfælde) på fx et kontor eller i en fabrikshal. I disse eksempler vil screeningen som udgangspunkt omfatte de medarbejdere og kollegaer, som har været tæt på den smittede person (fx stået eller siddet i nærheden af den smittede personer), eller personer som har været til samme begivenhed, som mistænkes for at være en 'superspredningsbegivenhed', og som ikke er nære kontakter

I disse situationer iværksættes der én screeningstest, som et ekstra tiltag for at undgå ikke erkendt smitte. Det skal bemærkes, at eksemplerne er vejledende situationer og i øvrigt ikke en udtømmende liste. Identificering af andre kontakter vil altid bero på en konkret vurdering af den pågældende situation, og hvorvidt der er tale om udbrud.

Forebyggelse af smittespredning hos andre kontakter med screeningstest er allerede implementeret på institutioner som fx plejecentre og på sygehuse. Se de gældende retningslinjer på området i bilag 1. For håndtering af smitte med ny coronavirus i dagtilbud, grundskoler samt ungdoms-, voksen- og videreuddannelser henvises tilsvarende til bilag 1.

Ved tvivl om, hvorvidt en person er nær kontakt eller anden kontakt, anbefales ud fra et forsigtighedsprincip, at personen betragtes som nær kontakt.

Det er som udgangspunkt den smittede person og evt. ledelsen på arbejdspladsen, institutionen eller lignende med evt. rådgivning fra Coronaopsporing, der vurderer, om der bør opfordres til en screeningstest blandt andre kontakter i den konkrete situation.

5.1. Appen smittelstop

Andre kontakter kan også identificeres via app'en smittelstop, som er et digitalt supplement til kontaktopsporingen og udviklet af Sundheds- og Ældreministeriet. Appen giver besked om mulig smitterisiko, hvis man har været tæt på en person, fx i en bus, der er testet positiv med ny coronavirus. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at man downloader og

bruger appen aktivt ved bl.a. at registrere, hvis man bliver testet positiv. Hvis man får besked om smitterisiko fra appen, skal man hurtigst muligt testes, se mere nedenfor.

5.2. Test af andre kontakter

Personer, der identificeres som anden kontakt, som regelmæssigt omgås den smittede person¹⁰. bør gøre følgende:

- Booke tid til at få foretaget en test hurtigst muligt. Det kan enten være en hurtigtest eller en PCR-test.
- Skal **ikke** selvisolere, men må gerne både før test, og mens der afventes test svar, gå på arbejde, foretage praktiske gøremål som indkøb mm.
- Bør have skærpet opmærksomhed på evt. udvikling af symptomer og følge de smitteforebyggende anbefalinger, herunder sikre fysisk afstand og god hygiejne, grundig rengøring, anvendelse af mundbind i påkrævede situationer mv.

I tilfælde af udvikling af symptomer på COVID-19 eller et positivt testsvar skal personen straks selvisolere, og der igangsættes kontaktopsporing af nære kontakter samt udpeging af evt. andre kontakter.

Øvrige medlemmer i husstanden til personer, der identificeres som anden kontakt, skal ikke tage særlige forholdsregler. I tilfælde af en person, som er identificeret som anden kontakt, tester positiv for ny coronavirus, er de øvrige husstandsmedlemmer nære kontakter, jf. kapitel 4.

Personer, der identificeres som anden kontakt, og som er færdigvaccineret eller tidligere smittet, screeningstestes i en overgangsperiode og ud fra et forsigtighedsprincip én enkelt gang.

¹⁰ Hvis der er tale om en 'anden kontakt', der ikke regelmæssigt omgås den smittede person, og hvor man som anden kontakt har været eksponeret en enkelt gang på et kendt tidspunkt, kan der anbefales test på 4 og 6 dagen efter eksponeringstidspunkt.

6. Information om kontaktopsporing

6.1. Information til personer, som er testet positiv for ny coronavirus

Alle har adgang til deres testsvar via sundhed.dk. Ved positivt testsvar henvises til Sundhedsstyrelsens informationsmateriale, [informationsmateriale til personer, som er testet positiv for ny coronavirus](#), hvor det fremgår, hvordan man skal forholde sig ved positivt testsvar. I informationsmaterialet opfordres den enkelte til at iværksætte selvisolation og opsporing af nære kontakter, så tidligt som muligt.

Styrelsen for Patientsikkerheds enhed *Coronaopsporing* sender desuden et brev til den smittede persons e-boks og ringer til alle personer, som er testet positiv for ny coronavirus, for at rådgive om forholdsregler ved et positivt testsvar og for at hjælpe med opsporingen af nære kontakter. Den smittede kan også selv ringe til Coronaopsporing på tlf. 32 32 05 11.

Læs mere om information til smittede personer i bilag 4.

6.2. Information til nære kontakter

Når Coronaopsporing taler med den smittede persons nære kontakter informeres de om følgende:

- At udvise skærpet opmærksomhed på symptomer, der kan være tegn på COVID-19 til og med 14 dage efter nær kontakt med den smittede person.
- At nære kontakter, som **ikke** er færdigvaccineret eller tidligere smittet inden for de seneste 12 måneder, bør iværksætte selvisolation, indtil der foreligger negativt PCR test svar på den sidste test taget på 6. dagen efter sidste eksponering for smitte (hvis der er tale om husstandskontakter, der udsættes for løbende smitte, gælder andre testtidspunkter og længere isolationsperiode, se afsnit 4.9). Efter det sidste negative PCR testsvar kan de afslutte selvisolation og tage på arbejde, i skole og daginstitution mv. samt varetage praktiske gøremål, som fx handle ind mv. med fortsat fokus på overholdelse af de generelle råd om forebyggelse af smittespredning.
- At selvisolation i eget hjem kræver en række forudsætninger, bl.a. at personen ikke forlader hjemmet, og kan holde afstand til andre i husstanden. Alternativt er der også mulighed for et frivilligt ophold på en isolationsfacilitet uden for eget

hjem, hvis de fastsatte kriterier er opfyldt. Det er kommunen, der visiterer til de eksterne isolationsfaciliteter.

- At hvis det undtagelsesvist bliver nødvendigt at forlade eget hjem under selvisolation, fx for at blive testet, skal personen anvende CE-mærket mundbind og overholde de generelle smitteforebyggende tiltag.
- At følge Sundhedsstyrelsens generelle forebyggende anbefalinger om håndhygiejne, hostetikette, fysisk afstand og at vise særligt hensyn til personer, som er i øget risiko for et alvorligt sygdomsforløb ved COVID-19.
- Hvilke dage de skal testes samt rådgivning om bl.a. selvisolation. De får samtidig henvisning til tests, som de selv booker tid til på coronaprover.dk, jf. ovenstående afsnit om test af nære kontakter.

Bilag 1

Nedenfor fremgår en oversigt over udvalgte materialer fra Sundhedsstyrelsen, herunder retningslinjer for håndtering af udbrud, smitteopsporing samt relevant borgerrettet kommunikation.

Boks 6. Oversigt over relevante materialer

Retningslinjer	
Forebyggelse af smittespredning	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/COVID-19-Forebyggelse-af-smittespredning
Isolation ved påvist COVID-19	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Isolation-ved-paavist-COVID-19
Retningslinjer for håndtering af COVID-19 i sundhedsvæsenet	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Retningslinjer-for-haandtering-af-COVID-19
Retningslinje for håndtering af vaccination mod COVID-19	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2021/Retningslinjer-for-haandtering-af-vaccination-mod-COVID-19
Overgangs-vejledning for håndtering af smitte på dagtilbuds-, undervisnings- og uddannelsesområdet	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2021/Retningslinje---Haandtering-af-smitte-paa-dagtilbudsundervisnings-og-uddannelsesomraadet
Vejledning om forebyggelse af smitte med ny coronavirus på plejehjem, botilbud og andre institutioner	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Vejledning-om-forebyggelse-af-spredning-af-COVID-19-paa-plejecentre-bosteder
Vejledning om forebyggelse af smitte med ny coronavirus i hjemmeplejen	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Vejledning-om-forebyggelse-af-smitte-med-COVID-19-i-hjemmeplejen
Borgerrettet kommunikation	
Til dig, der er nær kontakt til en person, der er smittet med ny coronavirus	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Til-dig-der-er-naer-kontakt-til-person-med-ny-coronavirus

Vigtigt at vide, når du er nær kontakt (kort version)	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Vigtigt-at-vidе-naar-du-er-naer-kontakt_kort
Til dig, der har symptomer på COVID-19	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Til-dig-der-har-symptomer-paa-COVID-19
Vigtigt at vide, når du har symptomer på COVID-19 (kort version)	https://www.sst.dk/da/udgivelser/2020/vigtigt-at-vidе-hvis-du-har-symptomer_kort
Har dit barn symptomer på COVID-19?	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/One-page---Har-dit-barn-symptomer-paa-COVID-19
Til dig, der er testet positiv for ny coronavirus	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Til-dig-der-er-testet-positiv-for-ny-coronavirus
Vigtigt at vide, når du er testet positiv for ny coronavirus (kort version)	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Vigtigt-at-vidе-hvis-du-er-testet-positiv_kort
Nær kontakt eller Anden kontakt? (plakat)	https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2021/Plakater---Naer-kontakt-eller-Anden-kontakt
Sundhedsstyrelsens hjemmeside: Nær kontakt og 'Anden kontakt'	https://www.sst.dk/da/corona/Hvis-du-har-symptomer_-er-syg-eller-smittet/Naere-kontakter

Bilag 2

Statens Serum Institut, Styrelsen for Patientsikkerhed og Sundhedsstyrelsen har forskellige opgaver og ansvarsområder i relation til smitteopsporing, som kort opsummeres her:

Statens Serum Institut (SSI): overvåger smittespredning og udarbejder løbende risikovurdering på nationalt niveau. SSI registrerer og videregiver påviste tilfælde af ny coronavirus til Styrelsen for Patientsikkerheds enhed, *Coronaopsporing* og varetager sekretariat og mødeledelse for den myndighedsfælles *signalgruppe*, som opfanger og drøfter signaler fra smitteovervågningen. SSI indgår desuden i internationale varslingsnetværk for smitsomme sygdomme.

Styrelsen for Patientsikkerhed (STPS): kontakter personer, der er påvist smittet med ny coronavirus og deres nære kontakter og yder daglig konkret rådgivning til kommuner og regioner i relevant omfang. STPS forestår ligeledes udbrudshåndtering, herunder beskrivelse af antal smittede og hvilke områder, der er omfattet af udbruddet.

Sundhedsstyrelsen (SST): beskriver faglige rammer for forebyggelse af udbrud og udarbejder samlet program for opsporing og håndtering af nære kontakter. SST anbefaler, på baggrund af faglige drøftelser, risikovurderinger og udbrudsbeskrivelser, hvilke tiltag, der skal sættes i værk lokalt, regionalt og nationalt. Ved udbredt smittespredning i samfundet yder SST generel rådgivning af regioner og kommuner, udsteder vejledninger og retningslinjer.

Bilag 3

Sundhedsstyrelsens anbefalinger om selvisolation

Selvisolation betyder, at man skal blive hjemme, så man ikke risikerer at smitte andre.

Man skal gå i selvisolation, hvis:

- man har symptomer, der kunne være COVID-19
- man er nær kontakt til én, der er smittet eller
- man selv er smittet.

At være i selvisolation betyder også, at man så vidt muligt undgår tæt kontakt med dem, man bor sammen med ved at opholde sig og sove i et separat værelse, har adgang til separat toilet og badefaciliteter eller, at man selv gør grundigt rent efter sig, jf. Sundhedsstyrelsens retningslinje, [COVID-19: Isolation ved påvist COVID-19](#).

Hvis der er tale om et mindre barn, der er nær kontakt eller anden person, som ikke kan holde afstand kan den ene forælder eller anden omsorgsperson gå i selvisolation med vedkommende. Hvis selvisolationen foregår i eget hjem, bør der fortsat undgås tæt kontakt til resten af husstanden, som ikke er i selvisolation. Hvis dette ikke er muligt kan hele husstanden gå i selvisolation, indtil den nære kontakt har fået svar på den sidste negative test. Der bør stadig, så vidt det er muligt, undgås tæt kontakt i husstanden til den nære kontakt og generelt være skærpet opmærksomhed på god hygiejne, udluftning og rengøring. Børn der er nære kontakter kan også bevilges et isolationsophold uden for hjemmet sammen med en forælder.

Bilag 4

Information til personer, som er testet positiv for ny coronavirus

Alle har adgang til deres testsvar via sundhed.dk. Ved positivt testsvar henvises til Sundhedsstyrelsens informationsmateriale, [informationsmateriale til personer, som er testet positiv for ny coronavirus](#), hvor det fremgår, hvordan man skal forholde sig ved positivt testsvar. I informationsmaterialet opfordres den enkelte til at iværksætte selvisolation og opsporing af nære kontakter, så tidligt som muligt.

Styrelsen for Patientsikkerheds enhed Coronaopsporing sender et brev til den smittede persons e-boks med information om, hvordan de skal forholde sig. Derudover er der information, som de kan dele med deres nære kontakter og henvisninger til Sundhedsstyrelsens materiale. Herudover ringer Coronaopsporing til alle personer, som er testet positiv for ny coronavirus, for at rådgive om forholdsregler ved et positivt testsvar og for at hjælpe med opsporingen af nære kontakter. Den smittede kan også selv ringe til Coronaopsporing på tlf. 32 32 05 11. Når Coronaopsporing taler med den smittede, er det i den forbindelse vigtigt, at personen informeres om:

- At iværksætte selvisolation i eget hjem:
 - Hvis personen har eller får symptomer på COVID-19 anbefales isolation indtil 48 timer efter symptomophør **eller** 10 dage **efter** symptomdebut, forudsat 48 timers feberfrihed (uden temperatur-sænkende medicin) og betydelig klinisk bedring, og dermed kun mildere grad af tilbageværende symptomer, i form af fx hoste, tab af smags- og/eller lugtesans, hovedpine, træthed mv.
 - Hvis personen er asymptomatisk anbefales isolation i 7 dage efter testen er foretaget.
- At selvisolation i eget hjem kræver en række forudsætninger, bl.a. at personen ikke forlader hjemmet og kan holde afstand til andre i husstanden. Alternativt er der også mulighed for et frivilligt ophold på en isolationsfacilitet uden for eget hjem, hvis de fastsatte kriterier er opfyldt. Det er kommunen, der visiterer til de eksterne isolationsfaciliteter.
- At de nære kontakter får besked om, at de kan være smittede, og hvordan de skal forholde sig ift. isolation og tests. Det anbefales, at Coronaopsporing står for kontakten til de nære kontakter mhp. at sikre tilstrækkelig information og rådgivning og mhp. rekvirering af tests. Hvis den smittede selv vil informere nære kontakter om isolation og tests, kan de henvise deres nære kontakter til at kontakte

Coronaopsporing på tlf. 32 32 05 11 og til [Sundhedsstyrelsens informationsmateriale](#) om, hvordan de skal forholde sig samt til Styrelsen for Patientsikkerheds [information til nære kontakter](#).

Alle smittede vil desuden modtage isolationsopkald fra Coronaopsporing for at understøtte en bedre efterlevelse af anbefalinger om selvisolation og med henblik på afklaring af evt. spørgsmål, samt identificering af evt. yderligere nære kontakter.

Sundhedsstyrelsen
Islands Brygge 67
2300 København S

www.sst.dk

Sundhed for alle ♥ + ●