

# Koronavirus – beslutninger og anbefalinger

## Nasjonal veileder

---

Først publisert: 29. november 2019

Sist faglig oppdatert: 24. september 2021

## KAPITTEL 1.1

# 1.1. Nedjustert TISK (gjelder fra 27. september 2021)

### Oppdatering 24. september

Som følge av at [normal hverdag med økt beredskap iverksettes lørdag 25. september kl. 16.00](#), vil det også bli endringer i nedjustert TISK. Vi jobber med å oppdatere nettsidene.

Det er besluttet at nedjustert TISK skal innføres i alle landets kommuner fra og med mandag 27. september 2021. Nedjustert TISK skal videreføres inn i den fasen som kalles normal hverdag med økt beredskap. Regjeringen har pr i dag ikke fastsatt når det blir overgang til denne fasen, men har formidlet at nedjustert TISK vil vare om lag 4 uker inn i normal hverdag med økt beredskap.

Med nedjustert TISK vil noen forskriftspliktete tiltak fortsatt gjelde, men det innføres lettelsers for å minske tiltaksbyrden, samtidig som kommunenes smittesporingsarbeid effektiviseres.

### Karantene

Nedjustert TISK innebærer lettelsers i plikten til smittekarantene ved at karantene kun vil være en plikt for de meste smitteutsatte; personer som er i samme husstand eller er tilsvarende nære, og som samtidig er uvaksinerte/ikke-fullvaksinerte

**Øvrige nærkontakter fritas fra plikt til smittekarantene.**

Personer som er definert som nærkontakter, men som ikke er husstandsmedlemmer eller tilsvarende nære fritas fra smittekarantene. Denne gruppen bør oppfordres til:

- Testing så snart de er informert om at de har vært i nærheten av en smittet person.
- Begrensning av sosial omgang inntil et negativt testsvar foreligger.
- Egenobservasjon av symptomer i 10 dager etter eksponering.
- Lav terskel for ny testing ved symptomer.

Ordningen [test for karantene](#) for barn og unge under 18 år oppheves fra 27. september 2021, siden karanteneplikten for disse bortfaller.

## **Testing kan i noen tilfeller erstatte smittekarantene for husstandsmedlemmer og tilsvarende nære**

Testing kan erstatte smittekarantene for husstandsmedlemmer og tilsvarende nære dersom smitteeksponeringen ikke fortsetter. Det betyr at dersom nærkontakten ikke oppholder seg sammen med den smittede personen etter at eksponeringen er definert, kan et testregime erstatte smittekarantene for nærkontakten. Dersom nærkontakten ikke kan holde tilstrekkelig avstand/distanse til den smittede må smittekarantene gjennomføres. Dette vil for eksempel gjelde for husstandsmedlemmer og i de tilfellene hvor indeks ikke kan isoleres i eget hjem, eller der hvor nærkontakten ikke kan oppholde seg utenfor eget hjem i den aktuelle perioden.

## **Smittesporing**

Nedjustert TISK innebærer endringer i omfanget av kommunenes smittesporing.

## **Rutinemessig smittesporing begrenses først og fremst til nærkontakter som er husstandsmedlemmer og tilsvarende nære**

Kommunens ansvar for å smittesporer begrenses til husstandsmedlemmer og tilsvarende nære som er mest utsatt for smitte, og som har plikt til å gjennomføre smittekarantene. Øvrige nærkontakter varsles i hovedsak av indeks med oppfordring til å la seg teste.

## **Kommunen bør ta ansvar for å vurdere hvordan øvrige nærkontakter skal informeres**

Kommunen har plikt til å informere indeks eller dennes foresatte/verge om positiv prøve, og oppfordre denne til å informere øvrige nærkontakter samt og veilede i hvordan dette bør gjøres. Også vaksinerte nærkontakter skal informeres. Informasjonen til øvrige nærkontakter kan formidles av indeks selv eller dennes foresatte, en arrangør, restaurant/utested, skole eller på annet vis som er vurdert som hensiktsmessig. Siden en del av indekstilfellene vil være barn, kan ikke indeks rutinemessig få dette ansvaret. Unntaksvis må kommunen gjennomføre selve smittesporingen, men kun i tilfeller der dette ikke lar seg gjøre på annet vis. Kommunen bør utarbeide forslag til informasjonsmateriell og tilgjengeliggjøre dette for kommunens innbyggere, for eksempel på kommunens hjemmeside.

## **Testing**

Det skal fortsatt være lav terskel for å teste seg ved symptomer, også for vaksinerte. Test på klinisk indikasjon av alle ikke-fullvaksinerte nærkontakter vil være den førende regelen. Mye av testingen kan imidlertid arrangeres som selvtesting slik at testkapasiteten i helsetjenesten ikke overbelastes. Ordningen med unntak fra smittekarantene ved testing for barn og unge under 18 år vil oppheves, siden karanteneplikten snevres inn. Skoler og barnehager vil da i mindre grad ha en rolle i testing.

## Test for unntak av smittekarantene for husstandsmedlemmer og tilsvarende nære

Nærkontakter, herunder husstandsmedlemmer og tilsvarende nære som ikke omfattes av unntaket fra smittekarantene jfr. covid-19- forskriften § 4 andre ledd har plikt til karantene. Imidlertid kan denne gruppen teste seg ut av karantene under forutsetning av at de ikke utsettes for videre eksponering. Testingen kan for denne gruppen gjennomføres på to måter:

### 1. Daglig selvtesting fra fremre nese med antigen hurtigtester i 7 dager

Tiden med plikt til daglig selvtesting vil vare tilsvarende lenge som karantenetiden. Det vil si at den kan avsluttes ved negativ test tatt tidligst 7 døgn etter siste eksponering.

Det anbefales at kommunen tar ansvar for at personer med karanteneplikt får utdelt antigenhurtigtester og nødvendig opplæring i å bruke disse. Kommunene kan for eksempel benytte eksisterende teststasjoner eller velge andre løsninger for utlevering av nødvendig utstyr. Testingen skal være gratis. Antallet tester som utleveres skal tilsvare antallet dager med karanteneplikt, hvilket beregnes ut fra tid siden siste eksponering.

Dersom man tester positivt på en hurtigtest, må denne bekreftes med NAT / PCR test. Personen er da i isolasjon og rutiner for testing av isolerte må følges.

### 2. NAT/PCR-test annenhver dag i 7 dager

I tilfeller der regelmessig daglig testing ikke er praktisk mulig å gjennomføre, kan PCR eller annen NAT annenhver dag være et alternativ. Dette kan bli aktuelt dersom hurtigtester for selvtesting ikke er tilgjengelig.

PCR kan tas sjeldnere enn antigen hurtigtest da metoden har høyere sensitivitet. Gjennomføring ved teststasjon gir god kontroll med at folk møter opp, og sikker registrering i MSIS, men kan medfører lang reisevei flere steder. I tillegg er svartid lengre. Ved lengre svartid enn 24 timer bør ikke dette testregimet anvendes. Den testede trenger ikke å vente på prøvesvar for å gjennomføre daglige gjøremål.

Uavhengig av test- eller karanteneregime, bør denne gruppen gis god informasjon om selvmonitorering av symptomer. Dersom man utvikler symptomer i karantene/ testoppfølgingstiden, er man et "sannsynlig tilfelle" og må være i isolasjon fram til negativ test (NAT, for eksempel PCR) foreligger.

## Frivillig test for øvrige nærkontakter

Nærkontakter som ikke er husstandsmedlemmer eller tilsvarende nære vil ikke ha plikt til å teste seg, men bør oppfordres til testing. Testingen kan enten gjøres med NAT/PCR-test ved teststasjon eller som selvtest med hurtigtest hjemme. Dersom det benyttes selvtest, bør det gjennomføres to tester med et døgn mellomrom. Ved høyt smittetrykk der hver enkelt smittet har mange øvrige nærkontakter, kan denne gruppen personer bli stor. Kommunen må selv kunne prioritere og avgjøre i hvilken grad de skal tilby selvtester til disse.

## Testing ved utbrudd blant barn og unge som ikke er vaksinerte

Utbruddshåndtering vil være nødvendig også i nedjustert TISK og da spesielt relatert til grupper av barn og unge som ikke er vaksinert. Stort sett vil det være tilstrekkelig med målrettet jevnlig testing i en kortere periode. [FHI har oppdaterte råd og veiledning for jevnlig testing \(fhi.no\).](#)

Kommunene kan der det er nødvendig for å ha oversikt over utbredelse av smitte og smitteveier oppjustere TISK. Helsedirektoratet viser til vurderingene om lokal håndtering av utbrudd i 494Bb og 513B om hvilke virkemidler kommunene kan benytte dersom det kommer krevende utbrudd lokalt, for eksempel lokal smittekarantene.

## **Annen testing**

Grensetesting samt test for koronasertifikat av private aktører opprettholdes inntil videre.

## **Isolasjon**

Krav om isolasjon ved påvist smitte opprettholdes.

Sist faglig oppdatert: 17. september 2021