

Anbefalinger for smittevern barn og unge –

Innsatsgruppa allmennleger Covid 19

Skoler og barnehager er stengte og arbeidsplasser innfører hjemmekontor. Det er behov for å være tydelig på hva dette innebærer for folk flest. Under er en oppsummering av hva som er myndighetenes råd per dags dato. Det er svært viktig at alle med luftvegsinfeksjoner uansett alder må anes som mistenkt smittet med COVID19.

Hovedmålsetningen er å redusere antall kontakter til et så lavt nivå som mulig.

- Alle bes om å være mest mulig hjemme. Man kan omgås søsken som normalt, dette gjelder også barn fra skilte familier som har flere hjem.
- Ingen leketreff eller felles aktiviteter. Målet er å holde avstand for å hindre smitte.

Fordi barn har behov for lek kan barn og ungdom ha en til to faste lekevenner som man forholder seg til gjennom hele denne perioden. Merk da:

- Samvær bør begrenses til noen få timer
- Treff er bedre utendørs
- Lekeplasser med andre barn bør unngås
- Hold en meters avstand
- Ikke berør de samme gjenstandene
- Vask hender ofte og ha god hostehygiene

Alle med symptomer på luftveisinfeksjon skal holdes isolert hjemme og bør ikke møte noen utenfor husstanden. Dette gjelder også ved milde symptomer.

Er man i isolat eller karantene skal man følge reglene for dette.