

Retningslinjer for forebyggelse af smitte med COVID-19 i dagtilbud



Må jeg komme ind i dagtilbuddet, når jeg afleverer og henter mit barn?

- Forældre må gerne komme indenfor i dagtilbuddet.
- Vær opmærksom på god håndhygiejne, og hold afstand, når det er muligt.
- Du må ikke komme i dagtilbuddet, hvis du har symptomer på COVID-19.



Skal jeg bruge mundbind, når jeg besøger dagtilbuddet?

Der er ikke længere krav om brug af mundbind i dagtilbuddet. Personalet i dagtilbuddet har stadig ret til at bære visir, hvis de ønsker det.



Må vi afholde sociale arrangementer?

Der må gerne afholdes sociale arrangementer.

Ved alle arrangementer skal de sundhedsfaglige retningslinjer om afstand og hygiejne overholdes.



Hvad er symptomer på COVID-19?

De typiske symptomer på COVID-19 er:

- Tør hoste
- Ondt i halsen
- Feber
- Hovedpine
- Vejrtrækningsbesvær
- Muskelsmerter

Det skal du være opmærksom på:

- Hvis dit barn har tegn på sygdom - det kan være symptomer fra luftveje som forkølelse, masser af gult og grønt snot, feber, opkast eller utilpashed - skal dit barn blive hjemme.
- Se på dit barn og vurder barnets samlede almene tilstand, ligesom du plejer at gøre, når der ikke er COVID-19-epidemi. Hvis dit barn ikke er frisk, skal du holde det hjemme for at undgå, at det smitter andre børn og voksne.
- Under COVID-19-epidemien skal du være særlig forsigtig, hvis dit barn har symptomer og virker sløj. Du skal undgå at sende dit barn afsted, før barnet er helt rask. Hvis der er tale om symptomer på COVID-19, må barnet ikke komme i dagtilbud før barnet har været symptomfri i 48 timer.

Særligt om forkølelse og snot:

- Klart snot (løbenæse) er noget, alle kan have, for eksempel når vi kommer ind udefra, og det er ikke tegn på COVID-19.
- Til sammenligning er forkølelse og gult og grønt snot og behov for gentagen næsepudsning tegn på en øvre luftvejsinfektion, og i den situation må barnet ikke være i institutionen.
- Hjemsendelse af børn med åbenlys forkølelse er samtidigt forebyggende i forhold til de andre børn, som, hvis de smittes med forkølelse, også skal sendes hjem til test.



Hvornår bliver mit barn sendt hjem fra dagtilbud til test?

Børn og voksne i dagtilbuddet skal hjem til test, hvis:

- De udvikler symptomer på COVID-19
- De har været i nær kontakt med en COVID-19-smittet. For børn i dagtilbud sker det, når et barn eller en voksen på stuen er konstateret smittet med COVID-19.
- Der er ikke længere krav om afstand mellem stuerne, så det kan også ske, at dit barn bliver sendt hjem pga. smitte på en anden stue.



Hvornår må mit barn vende tilbage igen efter at være blevet sendt hjem?

Ved symptomer på COVID-19

Hvis barnet sendes hjem, fordi det har symptomer, opfordres I til at lade barnet teste. Barnet skal testes hurtigst muligt.

- Hvis barnet testes negativ, må barnet komme tilbage i dagtilbud, når det er symptomfri og helt frisk og rask.
- Hvis barnet testes positiv, må barnet komme tilbage i dagtilbud, når det har været symptomfri i 48 timer.
 - Hvis barnet testes positiv og har symptomer, kan barnet også ophæve sin selv-isolation efter 10 dage, hvis barnet har det betydeligt bedre og kun har milde restsymptomer, såsom tab af smags- og/eller lugtesans, let hoste, hovedpine, træthed m.v. Det kræver dog, at barnet forinden har været feberfri i 48 timer (uden brug af febernedsættende medicin, som fx paracetamol).
- Hvis barnet har symptomer men ikke bliver testet, skal barnet være hjemme, indtil det har været symptomfri i 48 timer.

OBS: Hvis dit barn har været smittet med COVID-19 inden for de seneste 12 uger, og det får symptomer, skal det ikke testes igen, men det skal være i isolation, indtil det er symptomfri og rask og frisk.

Ved nær kontakt til en COVID-19-smittet

Hvis barnet sendes hjem som nær kontakt, skal barnet i de fleste tilfælde testes 2 gange. Barnet skal testes første gang 4 dage efter, at barnet sidst var i nær kontakt med den smittede og igen 2 dage efter den første test. Det vil sig på 4. og på 6. dagen efter den sidste nære kontakt med den smittede.

- Hvis testen på 4. dagen og testen på 6. dagen er negative, må barnet komme tilbage i dagtilbud. Barnet skal forblive i isolation mellem de to test.
- Hvis barnet testes positiv men ikke har symptomer, skal barnet blive hjemme i 7 dage.
- Hvis barnet testes positiv og har symptomer eller udvikler symptomer, skal barnet blive hjemme, indtil det har været symptomfri i 48 timer.
- Hvis barnet ikke bliver testet, skal barnet blive hjemme i 7 dage (hvis barnet er under 12 år) og i 14 dage (hvis barnet er 12 år eller ældre).

Vær OBS på særlige retningslinjer for personer, der er vaccineret eller selv har været smittet inden for de seneste 12 måneder.

Børn under 12 år kan undtages for test, men hvis de har været nær kontakt til en smittet, anbefales det, at barnet bliver testet. At teste for COVID-19 og få opsporet smittekæderne er afgørende for at stoppe smitten.

Læs sundhedsstyrelsens pjece om at være nær kontakt til en smittet [her](#).



Hvad skal man gøre, hvis en person i husstanden er testet positiv for COVID-19?

Hvis en person i husstanden er testet positiv for COVID-19, skal man først vurdere, hvorvidt det er muligt for den smittede at selvisolere sig. Se mere om isolation [her](#).

Hvis den smittede kan selvisolere sig indtil raskmelding, gælder følgende for resten af husstanden:

1. Én test hurtigst muligt for at kunne smitteopspore.
2. Herefter følges det generelle testinterval for nære kontakter, dvs. yderligere to tests på hhv. dag 4 og dag 6 efter sidste kontakt med den smittede. Barnet må møde op i dagtilbud efter negativ test på dag 6.

Hvis den smittede ikke kan selvisolere sig, gælder følgende for resten af husstanden:

1. Én test hurtigst muligt for at kunne smitteopspore.
2. Endnu en test, når den smittede person er raskmeldt. Dvs. endnu en test når den smittede har været symptomfri i 48 timer eller når den smittede har været hjemme i 7 dage, fra testen blev foretaget, hvis den smittede ikke har haft symptomer. Barnet må møde op i dagtilbud, hvis denne test er negativ.

Hvis barnet testes positiv, skal der laves smitteopsporing af nære kontakter i barnets dagtilbud. Barnet må komme tilbage, når det har været symptomfri i 48 timer, eller når det har været hjemme i 7 dage, fra testen blev foretaget, hvis det ikke har haft symptomer.

Hvis barnet ikke bliver testet, skal barnet være hjemme i 7 dage, efter den smittede har isoleret sig eller fra alle i husstanden er raskmeldte. (Dette er 14 dage for personer, der er 12 år eller ældre). Vi opfordrer til, at alle lader sig teste, da det gør det muligt at smitteopspore.

Vær OBS på særlige retningslinjer for personer, der er vaccineret eller selv har været smittet inden for de seneste 12 måneder.



Hvad skal man gøre, hvis en person i husstanden er sendt hjem som nær kontakt?

Personer, der deler husstand med én, der er sendt hjem som nær kontakt, skal holde fuldstændig afstand til den nære kontakt. Læs mere om hvad der kræves ift. isolation af nære kontakter i denne [pjece](#).

- Hvis det ikke er muligt at holde afstand til den nære kontakt, skal personen gå i isolation i hjemmet sammen med den nære kontakt indtil den nære kontakt har fået negativt svar på sin anden test (dag 6) og må ophæve sin isolation.
- Man kan også vælge, at nogle i husstanden går i isolation, mens resten ikke gør. F.eks. hvis den hjemsendte nære kontakt er et barn, kan den ene forælder isolere sig med barnet, mens resten af husstanden fortsat kan møde i dagtilbuddet /på arbejde. Det er vigtigt, at alle de personer, der ikke holder afstand til den nære kontakt, også isolerer sig og bliver hjemme.
- Personer, der er færdigvaccineret (14 dage efter sidste stik) eller tidligere smittede (indenfor de seneste 12 mdr) og deler husstand med én, der er sendt hjem som nær kontakt, kan være sammen med den nære kontakt uden selv at gå i isolation. Personen kan møde i dagtilbuddet/ på arbejde. Personen skal dog have fokus på høj hygiejne bl.a. håndvask, når hjemmet forlades.



Hvad hvis mit barn selv tidligere har været smittet med COVID-19?

Hvis dit barn har været smittet med COVID-19 inden for de seneste 12 måneder, gælder der særlige retningslinjer ift. isolation og test, hvis dit barn bliver nær kontakt.

- Hvis dit barn har været smittet med COVID-19 inden for de seneste 12 uger, og det bliver nær kontakt, skal det ikke testes, og de skal heller ikke gå i isolation. Du skal dog være opmærksom på, om dit barn udvikler symptomer. Hvis barnet udvikler symptomer, skal det gå i isolation og lade sig teste.
- Hvis dit barn har været smittet med COVID-19 inden for de seneste 12 måneder, men der er gået mere end 12 uger siden smitte, og det bliver nær kontakt, skal det testes på 4. dagen og 6. dagen efter sidste nære kontakt med den smittede. Barnet behøver ikke at gå i isolation. Du skal dog være opmærksom på, om dit barn udvikler symptomer. Hvis det udvikler symptomer, skal det gå i isolation.

De 12 uger og 12 måneder tælles fra det tidspunkt, den positive test blev foretaget.

Hvis der er gået mere end 12 måneder, siden dit barn var smittet med COVID-19, og barnet igen får COVID-19-lignende symptomer eller har været i nær kontakt med en smittet, skal man gøre som alle andre. Det vil sige, at barnet skal isoleres og testes og må ikke komme i dagtilbud. Bliver barnet testet positiv, er barnet ny-smittet, og de personer, barnet har været i nær kontakt med, er at betragte som nære kontakter. Som i alle andre tilfælde med smittede børn eller voksne skal alle nære kontakter sendes hjem til test.



Hvordan skal jeg som forældre agere, hvis jeg er vaccineret mod COVID-19?

For vaccinerede gælder samme retningslinjer som for alle andre ift. at holde afstand og holde god hygiejne, når du afleverer og henter dit barn. Hvis du udvikler symptomer, skal du blive hjemme, selvom du er vaccineret.

Der gælder dog særlige retningslinjer for test og isolation i tilfælde af symptomer og nær kontakt, hvis du er vaccineret.



Hvad hvis mit barn eller jeg som forældre har været ude at rejse?

Som udgangspunkt skal alle fra 15 år gå i 10 dages isolation ved hjemkomst fra rejser til lande, der ifølge Udenrigsministeriet er karakteriseret som 'røde' eller 'orange'.

Isolationen kan afbrydes ved en negativ PCR-test på 4. dagen efter hjemkomst. Der er ikke krav om isolation efter rejser til 'grønne' og 'gule' lande .

Børn under 15 år er undtaget fra kravet om isolation ved hjemkomst efter rejser til røde og orange lande. Det er dog en god idé, at børn under 15 år ligesom deres forældre går i isolation i 10 dage eller ind til negativ PCR-test på 4. dagen.

Der gælder særlige undtagelser ift. isolation efter rejser for personer, der er færdigvaccinerede, og for personer, der tidligere har været smittet. Se gældende retningslinjer for isolation efter rejser til hhv. gule, orange og røde lande nedenfor.

Personer der hverken er vaccineret eller tidligere smittet, og personer der har været smittet for mere end 12 måneder siden:

- Hjemkomst fra grønne og gule lande: ingen isolation
- Hjemkomst fra orange lande: isolation i 10 dage (eller indtil negativ PCR-test på 4. dagen efter hjemkomst)
- Hjemkomst fra røde lande: isolation i 10 dage (eller indtil negativ PCR-test på 4. dagen efter hjemkomst)

Tidligere smittede personer (personer der har været smittet med COVID-19 inden for 12 måneder) og **færdigvaccinerede personer** (man betragtes som færdigvaccineret 14 dage efter sidste stik):

- Hjemkomst fra grønne og gule lande: ingen isolation
- Hjemkomst fra orange lande: ingen isolation
- Hjemkomst fra røde lande: isolation i 10 dage (eller indtil negativ PCR-test på 4. dagen efter hjemkomst)

Farven for lande og regioner justeres hver uge, og det er derfor vigtigt, at du selv holder øje med farve-kategoriseringen af landet/regionen både ved afrejse og hjemkomst [her](#).



Hvordan booker jeg tid til test?

Hvis dit barn er under 15 år, kan du som forældre bestille tid til test til dit barn ved at bruge dit eget NemID.

Du skal altid ringe til din læge, før du bestiller tid, hvis:

- Dit barn har symptomer på COVID-19, og du er bekymret og gerne vil tale med en læge.
- Hvis det drejer sig om et barn under 2 år.

Du kan selv booke tid til test på www.coronaprover.dk, hvis:

- Dit barn har milde symptomer, der kunne være COVID-19, men barnet er ikke så sygt, at du har behov for at tale med jeres læge.
- Dit barn har været i nær kontakt med en smittet. Kontakt Coronaopsporingen på tlf. 32 32 05 11 for at få afklaret, hvilke dage dit barn skal testes og for at få reserveret tests, samt for at få generel vejledning om, hvad det vil sige at være nær kontakt. Bestil derefter to tests på coronaprover.dk.
- Hvis dit barn hverken har symptomer eller har været nær kontakt, men du ønsker test af anden årsag.



Brug af antigentest/hurtigtest?

Hvis dit barn skal testes, fordi det er nær kontakt til en smittet eller har symptomer, skal det være en PCR-test og ikke en hurtigtest/antigentest.

Men hvis dit barn er nær kontakt og udvikler symptomer, før det har fået foretaget en PCR-test, kan barnet med fordel få foretaget en hurtigtest med henblik på at starte eventuel smitteopsporing af nære kontakter med det samme. Hvis hurtigtesten er positiv, skal der igangsættes smitteopsporing, men barnet skal stadig have foretaget de to PCR-tests, der er booket. Hvis begge PCR-tests er negative, skal den igangsatte smitteopsporing afblæses den igangsatte smitteopsporing.

Antigentest/hurtigtest benyttes som rutinemæssige test på skolerne, hvor medarbejdere og elever fra 12 år tilbydes ugentlige test.



Hvem kan jeg ringe til med spørgsmål?

Har du generelle spørgsmål om sundhedsmyndighedernes retningslinjer, kan du henvende dig til den fælles hotline på tlf. 70 20 02 33.