

## Informasjon til deg som skal gjennomføre selvtest



Gjenåpningen av samfunnet ut av koronapandemien er i full gang, men det er fremdeles uvaksinerte grupper. Mange av tiltakene under pandemien har vært rettet mot barn og unge, til tross for at barn og unge har svært lav risiko for alvorlig sykdom og død.

I 2021 vil alle over 16 år være tilbudt to vaksinedoser, og de som har høy risiko for alvorlig sykdom er beskyttet. For å gi barna en så normal hverdag som mulig, men fremdeles ha kontroll på smittespredningen, er det bestemt at testing kan erstatte karantene for de som er under utdanning og som er nærkontakter til et smittetilfelle. Hvis man ikke tester seg, må man fremdeles i vanlig smittekarantene.

Alle nærkontakter (personer som har hatt nær kontakt med en som er smittet) skal testes med hurtigtest så snart som mulig etter at de sist var sammen med den som er smittet helst dag 1. Man er i karantene inntil dette prøvesvaret foreligger. Dersom man fortsetter testregimet trenger man ikke være i karantene resten av tiden og kan møte på skolen og ellers leve som normalt.

- **Barn til og med barneskolealder** skal testes på dag 1 og deretter selvtest hjemme på morgenen «dag 4 (3 døgn etter første test).
- **Barn fra ungdomsskolealder og oppover** skal testes på dag 1 og deretter ta selvtest hjemme på dag 3 og 5.
- Dato for når selvtestene skal gjennomføres skal være formidlet via barnehage/skole.

Hvis man har hatt nærkontakt med en som er smittet i husstanden, eller tilsvarende nære (som kjærester eller bestevenner), må man imidlertid være hjemme i vanlig karantene.

Dersom man utvikler forkjølelssymptomer eller noe annet i kroppen føles annerledes skal man holde seg hjemme og ta kontakt med koronasenteret for test. Dette gjelder både uvaksinerte og vaksinerte.

Vedlagt ligger en brukerveiledning for selvtesting. Les denne nøye før testen gjennomføres. Bruk QR-koden på dette skrivet for mer informasjon og instruksjoner for selvtesting.

**Dersom testen viser et negativt resultat (ikke påvist sykdom) skal du ikke i smittekarantene.**

**Dersom testen viser positivt resultat (påvist sykdom) må Koronasenteret umiddelbart informeres på tlf. 69 38 11 08 og tastevalg 4. Du må holde deg hjemme og Koronasenteret vil veilede deg videre.**

Ved eventuelle spørsmål i forbindelse med selvtesten, kan Koronasenteret kontaktes på telefon 69 38 11 08 og du velger tastvalg 4.

Åpningstider på Koronatelefonen (69 38 11 08) for spørsmål om selvtesting og innmelding av positivt resultat:

Mandag- fredag: kl. 08.30 – kl. 20.30

Lørdag og søndag kl. 10.00 - kl. 20.30

### **Ofte stilte spørsmål**

#### **Gjør testen vondt?**

Nei, dette er en fremre neseprøve, den kan være ubehagelig, men den skal ikke gjøre vondt.

#### **Hva gjør vi hvis testen blir ødelagt eller noe går galt?**

Ta kontakt med oss på telefon eller bestill time til test via vår nettbestilling.

#### **Hva gjør vi om kulene er grønne?**

Kontakt koronasenteret for et nytt prøvesett, eller for å ta testen hos oss. Prøvesettet kan ikke brukes.

#### **Hva om testen ikke lar seg gjennomføre?**

Vi har god erfaring og kompetanse og bistår gjerne med å ta testen her på koronasenteret.

#### **Hva om vi ikke ønsker å teste barnet?**

Det er selvfølgelig eget valg om en vil teste barnet eller ikke. Velger man å ikke følge testregimet gjelder vanlige karantenereregler, altså karantene i 10 dager fra siste smitteeksponering.

#### **Holder det med hurtigtesten selv om det utvikles symptomer?**

Ved symptomer må alle å bestille time til PCR-test og i mellomtiden holde seg hjemme.