



INFORMASJON OM TESTING OG KARANTENE

Gjeldende pr. 16.07.2021: Informasjon som gis her følger de til enhver tid gjeldende bestemmelser og råd på [helsenorge.no](https://www.helsenorge.no) Koronatest i Surnadal kommune bestiller du enklest på [c19.no](https://www.c19.no)

Unntak for vaksinerte og beskyttede personer jf. status i koronasertifikat:

Fullvaksinerte og personer med dokumentert covid-19 siste 6 måneder har ingen karanteneplikter, men kan bli grensetestet. Personer som har fått første vaksinedose siste 3-15 uker eller er under 18 år kan avslutte karantene ved negativ PCR-test døgnet 3 etter ankomst.

Testing ved innreisekarantene (se unntak på [helsenorge.no](https://www.helsenorge.no)):

Alle som har vært i land/område som ikke er grønne har testplikt ved innreise og har karanteneplikt i 10 dager. Karantenetiden kan avsluttes ved negativ PCR-test døgnet 7 etter ankomst Norge. Personer under 18 år eller som har fått en dose koronavaksine for minimum 3 uker siden kan forkorte reisekarantenen ved negativ PCR-test på døgnet 3.

Testing ved smittekarantene (nærkontakt):

Nærkontakter har karanteneplikt i 10 dager og testes ved start og avslutning av karantene. Ved større utbrudd eller utbrudd med virusvariant kan flere personer bli definert som nærkontakter og få råd om ventekarantene.

Testing ved symptomer eller mistanke om covid-19:

Alle bør teste seg (også vaksinerte) ved luftveisymptomer (**feber, hoste, sår hals, blitt tungpustet, tapt smaks-/ luktesans**) og anbefales å holde seg hjemme og for seg selv inntil det foreligger negativt prøvesvar og man er blitt frisk. Dine nærmeste skal ikke holde seg hjemme dersom de ikke selv venter på testsvar, er syke, eller kommuneoverlegen har gitt råd om det.

Testing uten symptomer eller karanteneplikt:

Aktuelt ved krav om test i forkant av f. eks besøk på institusjon/sykehus. For gyldig koronasertifikat til bruk ved større arrangement, fotballkamper etc. kan negativ hurtigtest siste 24 timer benyttes.

Testing av barn:

Barn i barneskolealder og yngre med kun lette symptomer på luftveisinfeksjon, kan se an symptomene og holdes hjemme et par dager før eventuell test. Uten bedring etter to dager bør barnet testes. Ved feber og hoste bør barnet testes for covid-19. Små barn testes ved halsprøve.

Testing av elever i ungdomsskole og VGS:

Det anbefales at alle som har nyoppståtte luftveisymptomer (**feber, hoste, sår hals, blitt tungpustet, tapt smaks-/ luktesans**) testes og holder seg hjemme til de har fått prøvesvar. Ved negativ test kan de returnere til skolen når allmenntilstanden er blitt god, selv med litt snørr og irritasjonshoste.

TESTSVAR: Laboratoriet legger ut testsvar på [helsenorge.no](https://www.helsenorge.no) innen 3 dager. Du kan logge deg inn der og be om SMS-varsling for å få vite når prøvesvaret ditt er klart. Ved positivt testresultat blir du kontaktet av lege.

Viktige telefonnummer ved behov for helsehjelp:

Surnadal legesenter:	71 65 78 00	(kontortid/hverdager)
Legevakt:	116117	(kveld/helg)
Nødnummer:	113	(akutt/ livstruende situasjon)