



Fra Regjeringens pressemelding om endring av Covid-19 Forskriften gjeldene fra 26.januar 2022

Smittekarantene på 10 døgn kan erstattes med daglig testing for husstandsmedlemmer og tilsvarende nære:

- daglig testing i **5 døgn** etter siste nærkontakt for husstandsmedlemmer og tilsvarende nære.
- husstandsmedlemmer og tilsvarende nære som ikke kan holde avstand til den smittede i isolasjonsperioden kan erstatte smittekarantene med daglig testing i **11 døgn** (6 døgn i den smittedes isolasjonsperiode + 5 døgn etter dette). Dette gjelder også barn.
- I tillegg til testregime anbefales det å bruke munnbind innendørs på offentlig sted og å unngå store sammenkomster og arrangementer i 10 døgn etter nærkontakten. Anbefalingen om å bruke munnbind gjelder ikke barn under 12 år, (.....) og de som av medisinske eller andre årsaker ikke kan bruke munnbind.
- følg med på eventuelle symptomer under hele perioden.
- ved symptomer skal man holde seg hjemme og teste seg.

De nye reglene vil fra de trer i kraft også gjelde for dem som er i karantene på det aktuelle tidspunktet. Det betyr at testregime også gjelder for dem.

Personer som ikke følger testregimet må være i karantene i **10 døgn**, med eventuelt testing ut av karantene ved negativ test tatt tidligst 7 døgn etter siste nærkontakt.

Personer som har gjennomgått covid-19 siste tre måneder er unntatt fra smittekarantene.

Selvtester som benyttes for å erstatte smittekarantene skal tilbys gratis av kommunen.

Smittekarantene for nærkontakter som *ikke* er husstandsmedlemmer eller tilsvarende nære den smittede ble opphevet den 13. januar. Personene anbefales å teste seg 3 og 5 døgn etter nærkontakten, og det anbefales god symptomobservasjon i 10 døgn. Ved symptomer skal man holde seg hjemme og teste seg.