

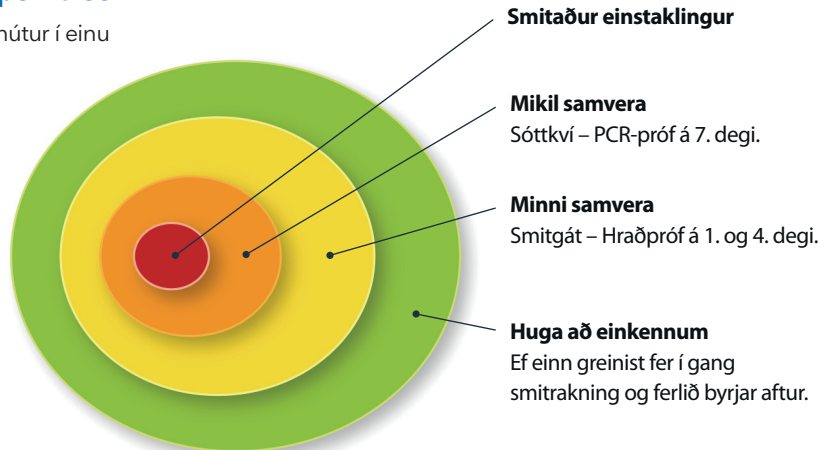
Smitrakning og sóttkví

Leiðbeiningar um smitragningu fyrir iðkendur og starfsfólk í íþróttastarfi. Hvatt er til að hólfaskipta sem mest og takmarka umgengni milli hólfá, eins og kostur er. Tilgangurinn er að draga úr útbreiðslu COVID-19.

Smitrakning miðast við daginn áður en einstaklingur varð var við einkenni eða daginn fyrir sýnatöku, ef hann er einkennalaus. Þeir einstaklingar sem hafa verið útsettir fyrir COVID-19 smiti þurfa að fara í sóttkví.

Almenn viðmið notuð til að meta þörf á sóttkví

- Ef samvera (útsetning) var lengri en 15 mínútur í einu og minni en tveggja metra nánd.
- Náin samskipti (faðmlög, kossar).
- Endurtekin samskipti við hinn smitaða.
 - Jafnvel þó að samvera hafi verið styttri en 15 mínútur.
 - Löng dvöl í sama rými innandyra á heimili/vinnustað/búningsklefa.
 - Endurtekin samskipti.
 - Margir sameiginlegir snertifletir.



Ef iðkandi greinist með COVID-19

- Einangrun** er fyrir þann sem er með staðfesta COVID-19 sýkingu (rauður). ●
 - Sóttkví** tekur til þeirra sem sá smitaði hafði mest samskipti við (appelsínugulur). ●
 - Innandyra:
 - Æfingar: allir sem æfðu í mikilli nánd við viðkomandi.
 - Keppni: allt liðið sem og mótherjar ef búnaður var sameiginlegur (t.d. handbolti, blak, körfubolti).
 - Utandyra:
 - Æfingar: Vinir/æfingafélagar sem voru í miklum samskiptum fyrir, eftir eða á meðan æfingu stóð.
 - Voru nálægt þeim smitaða í búningsklefa lengur en í 15 mínútur.
 - Keppni: allt liðið.
 - Mat smitragningarteymis í samvinnu við þjálfara/starfsmenn.
 - Fara í sóttkví og PCR próf eftir 7 daga.
 - Smitgát** nær til eftirfarandi (gulur). ●
 - Voru í samskiptum við þann smitaða sem teljast ekki mikil.
 - Mótherjar í keppni, innan- sem utandyra.
 - Fara í smitgát og geta haldið áfram að æfa og keppa.
 - Hraðpróf daginn eftir að smit uppgötvast og aftur eftir fjóra daga.
 - Ef einstaklingur greinist jákvæður í hraðprófi fer hann í einangrun og fær stríkamarki og boðun í PCR-próf. Smitragning hefst þegar niðurstaða þess prófs liggur fyrir. Upplýsa þarf félagið um niðurstöðu úr hraðprófi og eins úr PCR-prófi svo hægt sé að grípa til ráðstafana.

- Vera meðvituð** (grænn). ●
 - Voru í litlum eða engum samskiptum við þann smitaða.
 - Sama æfinga- eða keppnissvæði en ekki á sama tíma á stöðum líkt og búningsklefa.
 - Engin sóttkví og engin próf.
 - Fylgjast með einkennum og ef þeirra verður vart, fara strax í sýnatöku.
 - Ef einstaklingur í græna hring greinist þá fer smitragningarferli í gang.

Þjálfarar og annað starfsfólk

- Falla að öllu jöfnu í viðeigandi hring eftir samskiptum og gildir þá sama um þau og iðkenndur.
- Ef þjálfari/starfsmaður greinist með COVID-19:** Sömu almennu viðmið notuð við smitragningu. Matið á hverjir fara í hvaða hring fer eftir samskiptum hans við þá einstaklinga/hópa.

Ákvörðun um sóttkví er alltaf í höndum smitragningarteymis sóttvarnalæknis og almannavarna. Hér er leitast við að skýra grunnmarkmið teymisins. Aðstæður hverju sinni eru metnar og gildir ákvörðun smitragningarteymisins sem er kæránleg til dómstóla. Kæra frestar ekki framkvæmd.

