



Innuttaasoq COVID-19-eqarneranik uppernarsaasoqarsimatillugu pasitsattoqarsimatilluguluunniit angerlarsimaffinni paaqqutarinnillutik peqqissaasutulluunniit sulisunut innersuusutit

Siunnersuutit angerlarsimaffinni paaqqutarinnillutik peqqissaasutulluunniit sulisunut aamma kommunini COVID-19-eqartoqarneranik uppernarsaaffiusuni patsissaaffiusuniluunniit innuttaasunik paaqqutarinninnerni katsorsaanernullu sammitinneqarput. Siunnersuutit pissutsit malillugit nutarterneqartassapput siunnersuutillu nun.gl-imiittut malinnaavigineqassasut siunnersuutigineqarpoq.

Siunertat

COVID-19-ip innuttaasut sulisullu sulisunut allanut taakkulu ilaqaataannut assaat, atortorissaarutit sullisillu aqputigalugit tuniluutsinnaveersaarneqarnissaa.

Najugaqarnissamik neqeroorutit	Innuttaasup COVID-19-eqarneranik uppernarsaasoqarsimatillugu pasitsattoqarsimatilluguluunniit sulisutut isumaginninneq	
	Pissutsit immikkuullarissut	Illersuutitut amigaatigineqarnerat kipiluttunarsitillugu periarfissat
Innuttaasunik inissiineq	Innuttaasoq nammineq najukkaminiittariaqarpoq/iniminiittariaqarpoq, allanik attaveqarnaveersaartariaqarpoq ajornanngippallu nammineq uffarfeqarlunilu perusuersartarfeqassaaq.	Nalinginnaasumik.
Assannik eqqiluutsuutitsineq	<ul style="list-style-type: none"> • Assannik eqqiluutsuutitsineq attuinikkut tunillatsinnissamat pinaveersaartitsinermi pingaarnerpaavoq. • Assaat eqqiluikkaangata panerlutillu assannut tunillannartuiaasoqartassaaq (30 sek.). • Assaat imerpalasumik ersittumilluunniit mingutsinneqarsimappata errororneqassapput (60 sek.) tamatigullu kingorna tunillannartuiarneqassallutik. Assannik eqqiluutsuutitsineq pisassaaq: <ul style="list-style-type: none"> • Innuttaasumik avatangiisaanillu timikkut atuisimanerup kingorna siornalu. • Suliassat eqqiluutsut sioqqullugit suliassallu minguttut kingornatigut • aqqatit atoreernerit/taarsernerit tamaasa (allallu illersuutit) 	Nalinginnaasumik.



	Innuttaasut najugaqataalu paasissutissinneqassapput assallu eqqiluutsuutinnissaannut ilitsersorluarneqassallutik.	
Illersuutit, tamanut tunngasut	Illersuutit sulisunit makkununga atugassaapput: <ul style="list-style-type: none"> • sulisut tappiorannartunit tunillatsinnissaannit illersuinissamut. • sulisut tuniluutsitseqqinnginnissaannut. Illersuutit innuttaasup najugaanut atorineqassapput.	Nalinginnaasumik. <ul style="list-style-type: none"> • Maannakkorpiaq pilersuineramik ajornartorsiuteqartoqarmat illersuutit inaalitsivimmi parnaaqgasumiitinneqartariaqarput. Najukkani immikkut ittuni pitsaanerpaamik inaalitsinissamut malittarisassiortoqarsinnaavoq.
Najugaqarnissamik neqeroorutit	Innuttaasup COVID-19-eqarneranik uppernarsaasoqarsimatillugu pasitsattoqarsimatilluguluunniit sulisutut isumaginninneq	
	Pissutsit immikkuullarissut	Illersuutitut amigaatigineqarnerat kipiluttunarsitillugu periarfissat
Aaqqatit	<ul style="list-style-type: none"> • Aaqqatit innuttaasup angerlarsimaffiani sulinerni tamani aamma qanimut attaveqarsimanermi kiisalu atortunik, pigisanik, atisanillu ipeqartunik attuisimanermi atorineqassapput. • Aaqqatit ataasiaannarlugit atugassiaapput salinneqassanngillat tunillannartuiarneqassanatillu. • Aaqqatit minguttut tuniluunnermut pissutaasinnaapput. • Aaqqatit minguttoqartillugu suliassanut assigiinngitsukkaarlugit taarserneqartassapput. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aaqqatit amigaatigineqarpata, assaat eqqortumik errortornissaat pissutsini amerlanerni aappaattut periarfissaavoq. Tamannali atuutinngilaq napparsimasoq aniatitaqarsimappat. Taamaattoqartillugu aaqqatit atorineqartuassapput. • Aaqqatit errorneqassanngillat, tunillannartuiarneqassanngillat aamma atoqqinneqassanngillat.
Sullisit, saaliaqutit plastikkisut, kitsilit ataasiaannartakkat	<ul style="list-style-type: none"> • Sullisit una naapertorlugu atorineqassapput Peqqissutsimut Aqutsisoqarfimmit "Peqqinnissaqarfimmi paaqqutarinnittarfinnilu sullisit atorineqarnissaannik ilitsersuutit"¹. • Saaliaqutit plastikkisut takisuunik aallit innuttaasumik, atortunik atisanilluunniit ipeqartartunik qanimut attaveqarnissamut imaluunniit pequtit sullisinit mingunneqarsimasinnaasunik attuinermi 	Sullisit nalinginnaasumik. <ul style="list-style-type: none"> • Saaliaqutit plastikkisut takisuunik talitallit kiillimut taarsiullugit atorineqarsinnaapput. • Saaliaqutit aaqanngitsut suliassanut nalinginnaanerusunut atorineqarsinnaapput (allakkiap naggataani assersuutit takukkit). • Tallit innuttaasunut attuusimappata mingutsinneqarsimappataluunniit assat errortorneqarneranni tallit ilanngunneqassapput. • Saaliaqutit plastikkisut pissarsiassaangippata kitsili takisuunik

¹ <https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2011/Publ2011/BOS/Arbejdsdrag/Vejledning-om-arbejdsdrag-inden-for-sundheds--og-plejesektoren.ashx>



	<p>atorneqassapput.</p> <ul style="list-style-type: none"> Talii paffimmi sukaruserneqassapput. 	<p>aalik atoqqittagaq atorneqarsinnaavoq. 80oC-mi erroneqassaaq.</p> <ul style="list-style-type: none"> Innuttaasumut ataatsimut kiillit ataasiaannartakkat arlaleriartakkalluunniit atorneqarsinnaapput - immaqa serpartinnissamut kiillimik plastikimik aaqanngitsumik ilallugu.
<p>Pilattaanermut maski, isarussat illersuutit aamma assiaqut</p>	<ul style="list-style-type: none"> Pilattaanermut maski (type II) isarussallu illersuutit/assiaqut najugaqartunut qanimut attaveqarnermi (2 m ataallugu) atorneqassaaq. Pilattaanermut maski (type I) innuttaasumut atorneqarsinnaavoq. 	<ul style="list-style-type: none"> Pilattaanermut maskit isarussallu illersuutit pissarsiassaanngippata assiaqutit atoqqittakkat (kiinaq tamakkerlugu) taarsiutit atorneqarsinnaapput. Assiaqutit atoqqittakkat imermik qaqorsaatalimmik/eqqiaanermut servietsimik eqqiarneqassapput tunillannartuiarneqassanatillu (Atortut ataanniit toq takuuk). Assiaqutit eqqiarneqarnerani aqqatit tunillannartuiaallu atorneqassapput. Isarussat illersuutit ataasiaannartakkat atoqqinneqarsinnaasunik taarserneqarsinnaapput, assiaqutillu eqqiarneqassapput tunillannartuiarneqassanatillu. Innuttaasoq ersiutilik aamma passunneqarsinnaavoq angerlarsimaffimmi ikiortinit / peqqissaasunit pulaarneqarpat pilattaanermi maskilerneqassaaq (type I). Pisumi taamatut ittumi sulisut kiinnamikkut illersuuteqassanngillat, naak kiinnakkut serpartittoqariataarsinnaagaluartoq. Innuttaasup maskia atorneqartinnagu iluaqutaasumik karsimut ikineqarsinnaavoq. Maski innuttaasumut COVID-19-imik tunillatsissimasumut atoqqinneqarsinnaavoq, kisianni masappat ersittumilluunniit mingutsinneqarsimappat taarserneqassaaq.
<p>Napparsimasut aniatitaat</p>	<ul style="list-style-type: none"> Attuinaveersaarit (illersuutit atukkit) Qooq, anaq, aak, serpik assigisaanilluunniit anartarfimmut toqqaannartumik kuutsinneqassapput. 	<p>Nalinginnaasumik.</p>
<p>Atortut pigisallu allat</p>	<ul style="list-style-type: none"> Atortut atortorissaarutillu eqqiarneqarsinnaasut tunillannartuiarneqarsinnaasullu atukkit. Atortut sapinngisamik innuttaasumut ataasiinnarmut atorneqassapput. Taakkununga taarsiutit ataasiaannartakkat atorneqarsinnaapput. Atortut ikiuutissallu eqqiarneqarsinnaasut tunillannartuiarneqarsinnaasullu, imermik 	<p>Tunngaviit nalinginnaasumik.</p> <p>Atortunik tunillannartuiaanermut tunisassiat allat:</p> <ul style="list-style-type: none"> kvaternære ammoniumforbindelser triamin klor (1000 ppm)



	<p>qaqorsaatalimmik/eqqiaanermut servietsimik eqqiarneqassapput tunillannartuiarneqassanatillu assersuutigalugu ethanolbaseret alkohol 70-85 %-imik.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Atortut/pequtit sorliit tunillannartuiaatinik sorlernik atuiiffiqineqassanersut paasiniaarluaqquneqarput. Tunissassioortup ilitersuutai malinneqassapput. • Atortut arlaleriarlugit atorneqarsinnaasut innuttaasullu angerlarsimaffiata avataani suliareqqinneqartussat imminut illersorsinnaasumik poortorneqassapput tamakkuninngalu erruiviliaanneqassallutik. 	
Eqqagassat	Eqqakkat poortorneqassapput nalinginnaasumillu eqqarneqarlutik, assallu errorneqassapputtaaq.	Nalinginnaasumik.
Atisat oqorutillu	<ul style="list-style-type: none"> • Atisat ipillit sapinngisamik attornaveersaassapput. • Sapinngisamik allarutit, oqorutit iluatigut atisat minnerpaamik. 80°C-mi errorneqartassapput, allallu atisat ajornanngippat 60°C-mi errorneqassallutik. • Atisat ipillit attoreernerisa kingorna assat errorneqassapput. • Errorsisartut avataaneersut atorneqarsimappata suliffeqarfiup kaammattuutai malinneqassapput. 	Nalinginnaasumik.
Eqqiaaneq	<ul style="list-style-type: none"> • Eqqiaatinik nalinginnaasunik eqqiaaneq (Imeq qaqorsaallu) naammappoq. • Attorneqarnerusartut pingaartikkat, ass. tigummiviit, erngup kuuffii, anartarfiit issiavii, kuutsittaatit, qulliit ikittarfii il.il. • Anartarfiit eqqaallu kingulliullugit eqqiarneqartassapput. • Erruutit atornikut iginneqartassapput imaluunniit minnerpaamik 80°C-mi errorneqartassapput. • Angerlarsimaffinni ikiortit eqqiaasussat aqqateqassapput aammalu kiilleqarlutik/plastimik saaliaquteqassallutik, taakku innuttaasumut 2 m-isut ungasitsigisuussapput aamma maskeqarlutillu 	<p>Tunngaviit nalinginnaasumik.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inummik allamik qanimut attaveqarnermut atatillugu illersuutit sipaarniarlugit sulisut innuttaasup eqqaa eqqartassavaat (siniffimmut nerriveeraq, attorneqakulasut allallu 2 meterinit ungasinnerunngitsut). • Eqqiaasut innuttaasumit 2 m-isut ungasitsigisumi eqqiaanermi aqqateqassapput plastkinillu saaliaquteqarlutik.



	isimikkut illersuuteqassapput. Maski isinullu illersuutit assiaqummik kiinnamik tamarmik matuseqqasumik taarserneqarsinnaapput.	
--	---	--

Assersuutit	
Kigutigissarneq	Sulisut kigutigissaasussat nalinginnaasumik innuttaasumit 2 meterinit qaninnerusarput, taamaattumik illersuutit tamaasa atorineqassapput (siulianiittoq takuuk). Taamaakkaluartoq innuttaasoq kigutigissarnissamut ikiortariaqarpat, 2 meterinit ungasinnerusoqarsinnaavoq illersuutillu pisariaqaratik. Eqqaamallugu assavit errorlorluartarnissaat!
Inunnik paaqqtarinneq nuussinerlu	Inunnik paaqqtarinneqartillugu nuussisoqartilluguluunniit paaqqtarinneq 2 meterinit qaninnerussanersoq kiisalu napparsimasup kiinaanit nuak peerneqartariaqarnersoq sulisut nalilersortariaqartarpat.
Nerisassanik sassaallerneq	Nerisassanik sassaallerneq 2 meterinit ungasinnerusoqarsinnaavoq, innuttaasullu sulisut kiinaanut quersortussaajunnaarlugu inissittoqarsinnaavoq. Matumani aaqgateqarnissaq pisariaqanngilaq. Eqqaamallugu assavit errorlorluartarnissaat!
Ikinik paaqqtarneq	Ikinik paaqqtarneq illersuutinik atuisariaqarneq ikeq timimi sortaaniinnersoq apeqqutaassaaq. Assersuutigalugu ikeq qitimiittoq isumagineqassappat maski isinullu illersuut pisariaqarneq ajorpoq, taamaakkaluartoq kiinnamut kusertoqarsinnaappat serpalittoqarsinnaappalluunniit pisariaqarsinnaavoq. Taamaakkaluartoq sullisit illersorniarlugit saaliaqut plastikkiusoq/kitsili ataasiaannartagaq atortariaqarpoq. Kiisalu aaqqatit atorineqarsinnaapput. Putukkumi ikeq paaqqtarineqassatillugu avatangiisit innuttaasullu angissusaa nalilersorneqassapput. Suliassaq innuttaasup qarnganit/qingaant/sorluant 2 meterinit qaninnerullugu suliarineqassappat illersuut tamaasa atorineqassapput.

Tunuliaqtaa Illersuutit pillugit tunngaviit paasissutissallu

Tunillaariaatsit:

Coronavirus inummiit inummut tunillaassortarpoq. Peqqinnissaqarfimmi sulisunut, ilaqtannut allanullu tunillaassuuttarpoq.

Tunillaaneq inuup allap kiinaanut 2 meterimit qaninnerulluni quersornikkut tangajornikkullu amerlanertigut pisarpoq (kusernikkut tunillaaneq) imaluunniit assammi imaluunniit atorineqakulasumi (ass. tigummivik, attataasaq il.il.) nuak aqutigalugu. Taamaammatt pingaaruteqarpoq assavit errortukulanissaat kiinavillu attornaveersaarnissaa pingaaruteqarput.

Innuttaasunut COVID-19-eqarneranik uppernarsarneqarsimasunut pasitsanneqarsimasunulluunniit angerlarsimaffimmi paaqqtarinneqartumut sullissinermullu tunngaviit.

COVID-19-eqarneranik uppernarsaasoqarsimanermut pasitsattoqarsimanermulluunniit atatillugu qaqugukkut illersuutit atorineqassappat?

Innuttaasoq 2 meterinit qaninnerusumi attaveqarfiginerani. Nunatta Nakorsaaneqarfiata Danmarkimilu Nationale Infektionshygiejniskep maleruagqasai kiisalu peqqinnissaqarfimmi kusernertigut tuniluuttoqarsinnaaneranut aseruuttoortoqarsinnaanerannullu pissutsinut maleruagassat naapertorlugit



napparsimasumut ungasissusissaq 1 meteriuvoq, kisianni nunat allat kaammattuutaat WHO-meersut ECDC-meersullu COVID-19-imut atatillugu mianersornissamut tunngavik aallaavigalugu 2 meteriusoq Kalaallit Nunaanni malissallugu aalajangerpugut.

Qaqugukkut illersuutit atornissaat pisariaarutissava imaluunniit illersuutit ataatsit atorlugit innuttaasunut arlalinnut qanimut attaveqartoqarsinnaava?

Taamaallaat nalunaaruteqarneq innuttaasumilluunniit oqaloqateqarneq pineqarpat, ungasissuseq ≥ 2 meterinit anneruppat tamanna illersuuteqarani pisinnaavoq.

Imaaliussaait – tunngaviit pingaarutillit

Suliassanik pilersaarusionerit

Suliassat imatut pilersaaruarineqassapput, sulisut eqqiluutsunik suliaraqarlutik aallarierlutik suliassanut mingunnerpaanut naammassissapput.

Suliassaq eqqiluitsoq tassaavoq:

- Suliassaq atortunut, inunnut inuussutissanulluunniit mingutsitsinangitsoq.
- Suliassaq atortunik eqqiluutsunik atuiffiusoq, tassa atortoq eqqiarneqarsimasoq tunillannartuiarneqarsimasorlu.
- Eqqiluitsumik suliassaq atortut eqqiluutsut assaallu eqqiluutsut atorlugit atorneqassapput eqqiluutsunullu ilineqartassallutik.
- Atortut eqqiluutsut mingutsinneqarpat, assersuutigalugu natermut nakkaaneqarluni, minguttutut nanginneqassaaq - iginneqassaaq imaluunniit salitassanngortinneqanngikkuni tunillannartuiartussanngortinneqassaaq.

Suliassaq minguttoq tassaavoq:

- Suliassaq mingunneqarujussuarsimasinnaasoq, assersuutigalugit nanginik taarsiineq anartarfiliartumulluunniit ikiunneq.
- Suliassaq suliqaartumut mingutsitsisinnaasoq allanulluunniit avatangiisinulluunniit mingutsitsisinnaasoq.

Assannik eqqiluutsitsineq

- Suliassat eqqiluutsut aallartinnginneranni assat eqqiarneqassapput, aamma suliassat minguttut naammassigaanni aqqatillu atoreeraanni. Suliassat eqqiluutsut minguttullu pillugit tullunnguuttuni paasisaqarnerugit.
- Assat eqqiluutsilluarniaraanni sulisut kukii naatsuusariaqarput, kusassaaseqaratik neglelakkeqaratillu, assammioqassanngillat, nalunaaqutaqassanngillat, paffimmioqassanngillat allatigulluunniit assamigut talimigulluunniit kusassaateqassanngillat kiisalu ikeqassanngillat. Talinut illersuutit assigisaalluunniit assat eqqiluutsinnissaannut akornutaapput aamma peqqinnissaqarfimmi paaqutarinninnermilu suliassanut sullissinernullu atorneqassanngillat.
- Assat tunillannartuiassatillugit eqqiluissapput panerlutillu tunillannartuiaallu assannut tagiussuunneqassaaq assat panernissaasa tungaanut. Tunillannartuiaat ima annertutigisoq atorneqassaaq assaat paffiillu sekundtini 30-ini isugutatsinneqarsinnaallutik. Assannut tunillannartuiaanermi assanut spritsi 70-85% v/v atorneqassaaq.
- Assat errortorneqanni assat kuutsivigineqaqqaassapput, kingorna qaqorsaat sekundtini 15-20-ini tagiunneqassaaq, qaqorsaat kuutsivigalugu peerneqassaaq naggataatigullu assaat allarterneqarlutik. Tamarmi sekundtinik 60-inik siviussuseqassaaq.



<p>Illersuutilersorneq imatut pissaaq imatullu tullerriaarisoqassalluni</p> <ul style="list-style-type: none"> • Saaliaqut plastikkiusup takisuunik aaliup imaluunniit kitsilip ataasiaannartakkap timi assissavaa, qungatsimit seeqqunut paffinnullu paffiillu sukangasumik asserneqassallutik. Saaliaqut plastikkiusooq/kitsili ataasiaannartagaq tunukkut matuneqassaaq. • Pilattaanermut maskimik atuinermi pituut elastikkiluunniit niaqqup qeqqanut qungatsimullu qilerneqassaaq, qinngamoortua qinngap qitianut naleqqussarneqassaaq maskilu kiinnamut tallumullu naleqqussarneqassalluni. • Isarussat illersuutit imaluunniit assiaqut isinut kiinnamullu assiaqutsiunneqassapput naleqqussarneqarlutillu. • Aaqqatit Saaliaqutip plastikkiusup/kitsilip ataasiaannartakkap qaavanukartilugit nusunneqassapput. 	<p>Illersuutaajarneq imatut pissaaq imatullu tullerriaarisoqassalluni</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aaqqatit siulliullugit peerneqassapput. Aaqqatit mingupput. Taamaammat aaqqatip siulliup sinaatigut tigullugu nusullugulu piissavat, aaqqallu kingulliup ulilluni siulleq puussavaa. Aaqqatit iginneqassapput assallu errortorneqarlutik. • Matuma kingorna saaliaqut plastikkiusooq takisuunik aalik/kitsili ataasiaannartagaq peerneqassaaq qungasiatigut qilerussaarlugu pisariaqassappallu qitiatigut. Kitsilip silataa attornagu timimit ungasillillu imuneqassaaq. Saaliaqut plastikkiusooq/kitsili ataasiaannartagaq takisuunik aalik iginneqassaaq, assallu errortorneqarlutik. • Isarussat illersuutit imaluunniit assiaqut tigusarfiisigut peerneqassaaq ataasiaannartagaappallu iginneqarluni. Assiaqut atoqqittagaappat imatut eqqiarneqassaaq: 1) Eqqiluutsunik aaqatilerneq, 2) imermik qaqorsaatitalimmik eqqiaanermulluunniit servietsimik eqqiaaneq, 3) ethanolbaseret alkoholimik 70-85% v/v-mik tagiartuineq. • Assat errortorneqassapput, kingorna maski peerneqarsinnaalissaaq. Maskip silataata attorneqannginnissaa pingaaruteqarpoq. Maski iginneqassaaq, assallu errortorneqarlutik. Sulisut atisaajarnissanut atisalorsornissanullu aamma illersuutinik atuinissaminut sukumiisumik ilitsersuunneqassapput.
<p>Eqqiluisaarnermi pissutsit allat</p> <p>Igaffik Innersuussutigineqarpoq erruutit marrarnullu allarutit ullut tamaasa taarsertarnissai</p> <p>Allarutit Innersuussutigineqarpoq ataatsimoorussami inini aamma ataatsimoorussamik perusersartarfinni allarutit ataasiartakkat atorneqarnissaat – ataatsimoorussami inini allarutit atorneqarpata ullut tamaasa taarsertariaqarput.</p> <p>Imermi kuuginnartoqanngitsumi eqqiluisaarneq Kuuginnartumik imeqannginnermi imaluunniit uffarfimmi balje-t atorneqarpata, balje aamma imeq atorneqareeraangat</p>	



taarserneqartassaaq.	
----------------------	--

Aqutsisunut

Pilersuiniarnermi ajornartorsiuteqartillugu suliassanik aqqissuussineq sulisunillu immikkoortiterineq

Illersuutissanik amigaateqartoqartillugu inuk ataaseq arlalinnik suliakkerneqarsinnaavoq (assersuutigalugu paaqqutarinninnermut eqqiaanermullu suliassanut), taamaaliornikkut illersuutit ataasiinnaat atorneqassallutik.

Sulisut sunnertiasunut ilaasut Nunatsinni Nakorsaaneqarfiata naapertorlugu innuttaasunut qanimut attaveqartussaajunnaarlugit immikkoortinneqarsinnaapput.

Illersuutininik ataasiaannartakkatut nalunaarsorsimasunik atueqqinneq suliareqqiinerlu

Illersuutit amigaatigineqarluinnarpata, tamanna periarfissatuaalersinnaavoq.

Covid-19-imut atatillugu pissutsit allanngoraannavipput. Taamaammatt nun.gl-ikkut malinnaasarnissaq pingaaruteqarpoq.