



Allakkiaq Notat

14-04-2020
Sags nr.2020-4702
Akt nr. 13474685

Postboks 1160
Tlf: 34 50 00
Fax: 34 55 05
3900 Nuuk
Email: pn@nanoq.gl
www.naalakkersuisut.gl

Forebyggelse af smitte og brug af værnemidler ved pleje af borgere

Denne retningslinje er for alle der arbejder med borgere, især ældre, kronisk syge og svækkede, fx:

- på plejecentre/alderdomshjem, botilbud, døgninstitutioner
- i hjemmeplejen og hjemmesygepleje
- handicaphjælpere
- personale i kriminalforsorgen og anstalter

For uddybende information om brug af værnemidler har Landslægeembedet og Departementet for Sundhed udarbejdet specifikke anbefalinger for brug af værnemidler i henholdsvis hjemmeplejen/hjemmesygeplejen, bosteder og lignende og plejecentre/alderdomshjem¹

På de næste sider får du svar på, hvad du skal gøre når en borger har symptomer på COVID-19, og hvordan du forebygger smittes til dig selv og borgere som du plejer.

Hvad gør du når en borger har symptomer på COVID-19?

Hvornår skal du mistænke, at en borger har COVID-19?

Når borgeren er syg med symptomer på infektion i luftvejene, typisk en eller flere af følgende: forkølelse, alment ubehag, feber, tør hoste, ondt i halsen, hovedpine, muskelømhed, vejrtrækningsbesvær. Du kan ikke bruge enkelte symptomer til at bekræfte eller udelukke COVID-19.

Hvad skal du gøre, hvis du mistænker, at en borger har COVID-19?

De fleste personer med COVID-19 vil få milde symptomer (hoste, let feber eller forkølelse), som kan forventes at forsvinde spontant indenfor 4-6 dage.

Borgere der er mistænkt for at have COVID-19 skal så vidt muligt holde sig i eget hjem eller på anden måde isolere sig, og undgå tæt kontakt med andre personer, indtil 48 timer efter ophør af symptomer.

¹

Ring til sundhedsvæsenet hvis borgeren får:

- Moderate eller svære symptomer, såsom almen utilpashed, smerter, feber, vejrtrækningsbesvær mv. Vær opmærksom på, at ældre borgere ofte ikke får så høj feber.
- Symptomer der har varet over flere dage
- Forværring af symptomer
- Eller hvis du er i tvivl om hvad du skal gøre

Du bør især være opmærksom på grupper som er særligt udsatte for at blive alvorligt syge, hvis de smittes med ny coronavirus/COVID-19:

- **Ældre over 65 år (især over 80 år)**
- **Personer med følgende kroniske sygdomme:**
 - Hjertekarsygdom (gælder ikke velbehandlet forhøjet blodtryk)
 - Lungesygdom, herunder tuberkulose (gælder ikke mild og velbehandlet astma)
 - Kronisk nyresygdom med nedsat nyrefunktion
 - Kronisk leversygdom
 - Diabetes type 1 og 2, især hvis man har følgevirkninger
 - Muskelsygdomme og neuromuskulære sygdomme, hvor man har nedsat hostekraft eller svært ved at komme af slim fra luftvejene
 - Svær overvægt med BMI over 35-40 afhængig af, om man også har andre risikofaktorer
 - Særlige blodsygdomme, hvor der vurderes at være øget risiko for komplikationer
- **Personer med nedsat immunforsvar som følge af:**
 - Blodsygdomme
 - Organtransplantation
 - Immunhæmmende behandling, herunder kemoterapi eller strålebehandling som led i behandling af kræft
 - HIV-infektion med svær påvirkning af immunsystemet
- **Børn med kronisk sygdom (som ovenfor) eller som har følgetilstande efter at være født for tidligt**
- **Gravide og kvinder op til to uger efter fødsel (ud fra et forsigtighedsprincip)**

I forhold til gravide ser det på nuværende tidspunkt ikke ud til, at der skulle være en særlig risiko for hverken den gravide eller fostret. Men fordi vi har med en helt ny virus at gøre, vælger vi at gå ud fra et forsigtighedsprincip, og derfor betragtes gravide som en risikogruppe.

Generelt er gravide mere modtagelige for infektioner, som almindeligvis giver øvre luftvejsinfektion, f.eks. influenza. Derfor skal gravide behandles på lige fod med andre risikogrupper under hele graviditeten.

Læs mere om medarbejdere hørende under risikogrupper i afsnittene *For medarbejdere i sundheds-, social- og ældresektoren, samt dagtilbud 0-6 år der tilhører særlige risikogrupper,* og *Særligt vedrørende gravide medarbejdere i sundheds-, social- og ældresektor samt i dagtilbud 0-6 år.*

Ring i øvrigt som sædvanligt til sundhedsvæsenet, hvis borgeren bliver syg af noget andet eller kommer til skade.

Hvordan forebygger du smitte til dig selv og borgere?

Hvordan undgår du smitte fra borgere med symptomer på COVID-19?

Følg altid disse generelle hygiejneråd:

- Undgå så vidt muligt tæt kontakt, herunder: direkte fysisk kontakt, ansigt-til-ansigt-kontakt inden for 2 meter, kontakt med fx sekret fra luftvejene, ophold i et rum i mere end 15 minutter og med mindre end 2 meters afstand til den syge.
- Bed personen nyse eller hoste i et engangslommetørklæde eller i ærme.
- Vask hænder grundigt efter at have rørt ved borgeren eller omgivelserne. Brug vådservietter eller håndsprit hvis du ikke har adgang til håndvask.
- Hjælp borgeren med at holde sig inde på sit værelse eller i sin bolig og ikke komme i tæt kontakt med andre.

Hvordan sikrer du, at borgeren ikke smitter andre?

- Borgeren skal hjælpes til at opholde sig på sit værelse eller i sin bolig. Kig til borgeren hyppigt og se om han/hun har det godt. Disse borgere skal ikke blande sig med andre og skal have maden bragt til deres værelse / bolig.
- Borgere med nedsat forståelsesevne (fx personer med demens, udviklingshæmning og hjerneskader) skal have ekstra hjælp, og du skal være særlig opmærksom på hvordan denne gruppe borgere har det, hvis de bliver syge.
- Du må **ikke** låse borgeren inde. Du må heller ikke fysisk tvinge borgeren til at blive i sin bolig, med mindre det sker efter bestemmelser jf. Inatsisartutlov nr. 11 af 12. juni 2019 om frihedsberøvelse og anden tvang i psykiatrien². Spørg din leder, hvis du er i tvivl om hvad du skal gøre.

Hvornår skal du bruge værnemidler?

- Du skal i nogle situationer bruge værnemidler hvis der er mistanke om, at en borger har COVID-19. Både for at beskytte dig selv og andre borgere mod smitte.
- Hvis du skal tæt på borgeren (under 2 m) og hjælpe med fx tandbørstning, vask eller toiletbesøg skal du bruge følgende:
 - Handsker
 - Maske
 - Øjenbeskyttelse (beskyttelsesbriller/visir)
 - Overtrækskittel eller plastforklæde, helst med lange ærmer

Hvornår skal du ikke bruge værnemidler?

- Hvis du bare skal give en besked eller tale lidt med borgeren, hvor du ikke rører genstande i stuen. Du bør holde 2 meters afstand.
- Hvis en borger har akut brug for hjælp, må du handle straks og vente med at tage værnemidler på. Undgå her at placere dig for tæt på borgerens ansigt, så I ikke udveksler partikler fra mund og slimhinder. Vask efterfølgende grundigt hænder eller brug håndsprit for at nedsætte risiko for smitte.

² <http://lovgivning.gl/lov?rid={52AAC2F9-1A0B-4556-846D-5F81BF782B0E}>

Brug værnemidler med omtanke

Det er vigtigt, at du bruger værnemidler med omtanke og kun hvor det er nødvendigt – især i den nuværende situation, hvor der kan være mangel på værnemidler i nogle institutioner. Værnemidler skal stadig anvendes korrekt, så de ikke udgør en smitterisiko for dig selv.

Landslægeembedet, Departementet for Sundhed og Sundhedsvæsenet anbefaler, at man overvejer følgende:

- **Kan borgeren selv få maske på?** Så behøver du ikke selv bære maske. Dermed sparer du værnemidler, over flere besøg og ved flere plejere. Du skal stadig tage handsker og kittel på, hvis du skal tæt på borgeren.
- **Skal du udføre en opgave, hvor du kun kommer i kontakt med borgerens omgivelser?** Så kan du nøjes med at bruge handsker og plastforklæde. Fx hvis du gør rent omkring borgeren eller kører borgeren i kørestol. Hold dog afstand på 2 meter.
- **Arbejd smart** – lav så mange opgaver som muligt, hvor du skal tæt på borgeren, i én omgang. Så undgår du at skulle frem og tilbage og bruge flere sæt værnemidler.
- **Handsker** skal altid skiftes mellem hver borger. Vask hænder eller brug håndsprit, når handskerne er taget af.
- **Masker og beskyttelsesbriller/visirer** kan beholdes på ved pleje af flere borgere, men skal skiftes hvis de er snavsede eller våde. Du må ikke berøre maske/briller/visir under arbejdet med borgeren eller med snavsede handsker eller hænder.
- **Overtrækskitler/forklæder** kan bruges flere gange til samme borger, men skal skiftes mellem hver borger.
- **Overvej at bruge visir, der dækker hele ansigtet**, i stedet for maske og beskyttelsesbriller.
- **Overvej at bruge genanvendelige visirer eller beskyttelsesbriller** i stedet for engangs (skal rengøres og desinficeres mellem brug)
- **Overvej at bruge overtrækskitler af stof** (kan vaskes og genbruges).
- **Overvej mulighed for kohorte-isolation** – dette indebærer at du anvender samme maske/øjnebeskyttelse og kittel/forklæde ved pleje af flere borgere på samme afsnit med **bekræftet** COVID-19 (ikke bare mistanke). Pas på du ikke kommer i kontakt med andre borgere/genstande. Du skal stadig skifte handsker og udføre håndhygiejne mellem hver borger (og mellem urene og rene opgaver hos den enkelte borger).

Du kan læse mere om Landslægeembedets anbefalinger om, hvordan du bruger værnemidlerne bedst muligt, og hvad du kan gøre for at spare på værnemidlerne, når der er mangel på dem³

³https://nun.gl/Emner/Borgere/Coronavirus_emne/Anbefalinger_til_plejepersonale?sc_lang=da

Særligt for hjemvendte borgere som har været i behandling på Dronning Ingrid's Hospital i Nuuk eller på hospital i Danmark

Alle personer, som ankommer fra Nuuk eller udlandet, herunder Danmark, anbefales at blive hjemme i 14 dage. De 14 dage regnes fra den dag, man ankommer til destinationen.

Dette gælder også for børn.

Der kan, efter konkret vurdering fra myndighederne, gives dispensation for anbefalingen om at blive hjemme for personer, som arbejder i samfundskritiske funktioner som f.eks. sundhedsvæsenet.

Så længe man er anbefalet at blive hjemme, bør man fortrinsvis forblive i sit hjem. Man må gerne gå ud, men bør så vidt muligt undgå kontakt til andre mennesker. En bliv-hjemme-anbefaling vil vare i 14 dage fra det tidspunkt man er ankommet fra Nuuk eller udlandet.

Anbefalinger for adfærd i og uden for hjemmet/institutionen

- Undgå så vidt muligt besøg
- Minimer social kontakt i hjemmet/institutionen, dette kan fx gøres ved at borgeren ikke spiser sammen med de andre beboere i fællesspiserum, men i stedet får bragt maden til sig på værelset.
- På alderdomshjem: Hvis borgeren bor sammen med ægtefælle i et fællesværelse anbefales særlig fokus på god håndhygiejne med vand og sæbe, samt at man så vidt det er muligt holder sig på 2 mesters afstand.
- Undgå så vidt muligt indkøb i myldretiden. Gør evt brug af bekendte/personale til indkøb og begræns færden uden for hjemmet.

Der kan være tale om forskellige karantænetiltag alt efter mistanke om mulig eksponering af coronasmitte.

Fleere karantænetiltag kan læses på nun.gl⁴.

Det er vigtigt, at reglerne for hjemmekarantæne / hjemmeisolation overholdes i 14 dage fra man har været udsat for smitte - også selvom du er testet negativ for Covid-19. Da der fortsat er risiko for, at man udvikler sygdom indenfor denne periode. En negativ test er derfor ingen garanti for, at der ikke kan komme sygdom på et senere tidspunkt.

Hvis du ikke har rejst i Nuuk eller uden for Grønland og ikke har haft tæt kontakt med en smittet person, men er blevet testet på mistanke om COVID-19, behøver du ikke at være i hjemmekarantæne i 14 dage. Man bliver sat i hjemmeisolation den dag man bliver podet og isolationen ophører den dag man får et negativt svar.

⁴ https://nun.gl/Emner/Borgere/Coronavirus_emne/Spoergsmaal_og_svar_Coronavirus?sc_lang=da

For medarbejdere i sundheds-, social- og ældresektoren, samt dagtilbud 0-6 år der tilhører særlige risikogrupper

Medarbejdere der tilhører en risikogruppe, bør ikke udsættes for oplagt smitterisikos. Hvis medarbejderen vanligt varetager funktioner hvor de med stor sandsynlighed udsættes for smitteeksponering, anbefales det at de flyttes til anden opgave eller funktion, hvor der ikke er oplagt smitterisiko.

I dialog mellem arbejdsgiver og den enkelte medarbejder foretages en konkret og individuel vurdering af, om det er sundhedsmæssigt forsvarligt, at den pågældende medarbejder fortsat varetager sin vanlige funktion. I vurderingen skal bl.a. inddrages hvilke muligheder, der er for omplacering til funktion uden kontakt med patienter eller borgere med mistænkt eller bekræftet smitte med COVID-19, samt medarbejderens egen trygheds- og risikovurdering ved den vanlige arbejdsopgave/-funktion. Eventuelt begrænsede muligheder for at omplacere medarbejderen skal løses lokalt.

Særligt vedrørende gravide medarbejdere i sundheds-, social- og ældresektor samt i dagtilbud 0-6 år






Der er ikke på nuværende tidspunkt påvist, at gravide er særlige modtagelige for smitte, har en øget risiko for at få et svært sygdomsforløb med COVID-19 eller har en øget dødelighed. Tilsvarende er ikke påvist for det ufødte barn.

Men ud fra et forsigtighedsprincip, både over for den gravide og for det ufødte barn, betragter Landslægeembedet gravide som en risikogruppe i forhold til COVID-19, og de bør derfor ikke udsættes for oplagt smitterisiko.

Det skal således sikres, at arbejdsgivere drøfter den arbejdsmæssige situation med gravide medarbejder, så der også for gravide medarbejdere foretages en konkret individuel vurdering af, om vedkommende kan varetage sine vanlige funktioner og/eller opgaver, uden kontakt med patienter eller borgere med mistænkt eller bekræftet smitte med covid-19. Omplacering af den gravide skal ske, uanset hvor langt kvinden er i sin graviditet.

⁵ https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Notat-frontpersonale-sårbare/SST-notat-frontpersonale-i-saerlig-rikogruppe_15_03_20.ashx?la=da&hash=7BC8C0E617AC09410C79F0B712B17623AE65F70F

Værnemidler COVID-19 - hvornår skal hvad bruges?

<p>Over 2 m fra patienten</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hvis der mundtligt gives en kort besked til pt, hvor man ikke får fysisk kontakt til patient, udstyr, seng eller lignende. 		<ul style="list-style-type: none"> - Ingen værnemidler. - OBS Vær meget opmærksom på ikke at komme i kontakt med noget.
<p>Under 2 m fra patienten</p> <ul style="list-style-type: none"> - Undersøgelser - Plejeopgave - Rengøring mens patienten er på stuen. 		<ul style="list-style-type: none"> - Handsker - Væskeafvisende overtrækskittel - Kirurgisk maske - Øjenbeskyttelse/visir
<p>Ved hosteprovokerende procedurer</p> <ul style="list-style-type: none"> - Næse-/svælg podning - Ventrikelskylning - Tracheal sugning - Intubation, og lignende 		<ul style="list-style-type: none"> - Hansker - Væskeafvisende overtrækskittel - FFP2/FFP3 maske - Øjenbeskyttelse/visir
<p>Affalds håndtering</p> <ul style="list-style-type: none"> - Affaldsposer og vasketøjsposer lukkes inde på stuen. 		<ul style="list-style-type: none"> - Handsker - OBS vigtigt at man kan bortskaffe affaldet uden at røre uniformen. Hvis ikke dette er muligt, benyttes desuden plastforklæde.
<p>Almindelig rengøring Når patienten ikke er på stuen</p> <p>Slut rengøring</p> <ul style="list-style-type: none"> - Når patienten ikke er på stuen - Sengen vaskes på stuen 		<ul style="list-style-type: none"> - Handsker - Væskeafvisende overtrækskittel. - Alternativt et plastforklæde med lange ærmer.