

Har du nyoppståtte luftveissymptomer? ¹

Barn og ungdom med kun lette forkjølelsessymptomer kan gå i barnehagen/på skolen.

Bli hjemme fra jobb/skole/barnehage.

Avstå fra besøk til personer i risikogrupper mens du har symptomer, hvis mulig.

Voksen

Barn og ungdom ut videregående skole

Positiv ²

Test deg ⁴

Negativ

Du bør holde deg hjemme i 4 døgn etter symptomdebut.
Du bør ha vært feberfri i minst 24 timer før du går tilbake til jobb/skole.

Bli hjemme til du føler deg bra og du har vært feberfri i 24 timer. ³

Voksne med lette symptomer kan gå på jobb, men det anbefales ny test etter 2–3 dager dersom du fortsatt har symptomer.

¹ Feber, hoste, sår hals, tap av lukte- og smakssans, snørr, hodepine, nedsatt allmenntilstand.

² Hvis du har tatt en hjemmetest kan det i noen tilfeller være behov for at denne bekreftes på teststasjonen.

³ Restsymptomer som for eksempel snørr (uansett farge og tykkelse), heshet og/eller noe hoste er greit.

⁴ Ingen skal testes med tvang.

Dersom symptomene er alvorlige eller ikke går over, ta kontakt med lege.
Ta alltid kontakt med lege hvis du er bekymret for et barn eller en person du har omsorg for!

Generelt bør det være lavere terskel for å kontakte lege jo yngre barnet er.