

Pressemelding  
17. mars 2020 kl 13.40

## **Kommuneoverlegene i Hamarregionen presiserer rådene som gjelder hvis man har luftveissymptomer**

Legene ser at man fortsatt kan være smittsom med koronaviruset noen dager etter at symptomene er borte.

### **Ikke gå ut før du er helt frisk**

I mange tilfeller er det ikke mulig å skille sikkert på om du har forkjølelse eller har gjennomgått sykdom med koronavirus. Derfor er det viktig å opprettholde avstanden til andre personer til man er helt sikker på å ikke bære smitte. I denne perioden er håndhygiene særdeles viktig.

- Har du hatt luftveissymptomer og samtidig vært i nærkontakt eller innenfor et miljø med mistenkt smitte med koronavirus, skal du vente **7 dager** etter at du har blitt frisk før du går på jobb eller har kontakt med andre, sier kommuneoverlegen.

– Alle andre som har hatt luftveissymptomer, skal vente minst **ett** døgn som helt symptomfri før de har kontakt med andre eller går på jobb.