



# COVID-19: Opsporing og håndtering af nære kontakter



3. februar 2021

## **COVID-19: Opsporing og håndtering af nære kontakter**

© Sundhedsstyrelsen, 2021.  
Publikationen kan frit refereres  
med tydelig kildeangivelse.

Sundhedsstyrelsen  
Islands Brygge 67  
2300 København S

[www.sst.dk](http://www.sst.dk)

**Elektronisk ISBN: 978-87-7014-282-3**

**Sprog:** Dansk  
**Version:** 6  
**Versionsdato:** 03.02.2021  
**Format:** pdf

Udgivet af Sundhedsstyrelsen,  
Februar 2021

# Indholdsfortegnelse

<b>1. Opdateringer</b> .....	<b>4</b>
<b>2. Baggrund</b> .....	<b>5</b>
2.1. Smitteopsporing i en dansk kontekst .....	5
<b>3. Hvem er en nær kontakt?</b> .....	<b>7</b>
3.1. Periode for smitteopsporing.....	8
<b>4. Hvad sker der, når man er nær kontakt?</b> .....	<b>10</b>
4.1. Identifikation og kontakt til nære kontakter .....	10
4.2. Opsporing af den, der har smittet den smittede.....	11
4.3. Testintervaller og –hyppighed ud fra matematiske modeller .....	12
4.4. Selvisolation og test af nære kontakter .....	13
4.5. Nære kontakter til personer smittet med mere smitsomme virusvarianter .....	15
4.6. Henvisning til test af nære kontakter for ny coronavirus .....	15
4.7. Nære kontakter med positiv test.....	16
4.8. Eksponering for smitte over længere periode.....	16
4.9. Særligt vedrørende børn .....	17
<b>5. Screeningstest af andre kontakter i særlige situationer</b> .....	<b>19</b>
5.1. Identifikation af andre kontakter .....	20
5.2. Appen smittelstop .....	20
5.3. Test af andre kontakter.....	21
<b>6. Information om kontaktopsporing</b> .....	<b>22</b>
6.1. Information til personer, som er testet positiv for ny coronavirus.....	22
6.2. Information til nære kontakter.....	23
<b>7. Justering af program på baggrund af erfaringer</b> .....	<b>25</b>
7.1. Opfølgning på program.....	25
<b>Bilag 1</b> .....	<b>26</b>
<b>Bilag 2</b> .....	<b>27</b>

# 1. Opdateringer

Denne retningslinje er følgende opdateret ift. version 5, 19. januar 2021:

- Opdateret afsnit vedr. smitteopsporing i en dansk kontekst
- Udvidet definition af nære kontakter (se kapitel 2)
- Nye anbefalinger for perioden for selvisolation for alle nære kontakter og de særlige forholdsregler, der er gældende (se afsnit 4.3)
- Tilføjelse af nyt afsnit om nære kontakter til personer smittet med en mere smitsom virusvariant (se afsnit 4.4)
- Mindre tilføjelser og tilretninger i kapitel 5 og 6
- Opdatering af bilag 1 og tilføjelse af bilag 2 (tidligere afsnit 1.2)

## 2. Baggrund

Effektiv opsporing og håndtering af smittetilfælde, både enkelttilfælde og udbrud, for at bremse smittekæder er et centralt element, som i samspil med andre smitteforebyggende tiltag, er med til at bevare kontrollen over epidemien samtidig med, at hverdagen kan fastholdes for den enkelte.

Programmet for nære kontakter vurderes løbende på baggrund af den aktuelle viden om ny coronavirus, aktuelle retningslinjer og anbefalinger fra World Health Organization (WHO) og European Center for Disease Prevention and Control (ECDC), nationale anbefalinger fra sammenlignelige lande og rådgivning fra danske eksperter. Antallet af test på specifikke dage, i kombination med selvisolation, er således fortsat baseret på den tilgængelige evidens om inkubationstid, præsymptomatisk og asymptomatisk smitte mv. Derudover er der i tilrettelæggelsen af programmet inddraget teoretiske, matematiske modelleringer af forskellige testprogrammer for nære kontakter, ligesom Sundhedsstyrelsen regelmæssigt rådgives vedr. programmet af en faglig ekspertgruppe med deltagelse af specialister i infektionsmedicin, almen medicin, anæstesiologi, pædiatri, klinisk mikrobiologi, samfundsmedicin og infektionsepidemiologi samt repræsentanter fra sygehuslæge, Statens Serum Institut og Styrelsen for Patientsikkerhed.

Programmet for opsporing og håndtering af nære kontakter er baseret på følgende principper:

- Indsatsen skal sikre mest mulig inddæmning af smitte, hvilket kræver mulighed for en høj grad af efterlevelse
- Indsatsen skal kunne formidles bredt og kommunikeres på en meningsfuld måde
- Antallet af test og testintervaller skal bygge på sundhedsfaglig viden, og skal ses i relation til fastholdelse af den enkeltes hverdagsliv så vidt muligt
- Ønsket om at bevare en åbning af samfundet og opretholde vores velfærdssamfund

Formålet med denne retningslinje er at beskrive rammerne for det nuværende program for opsporing af nære kontakter til personer, som er testet positiv for ny coronavirus. I retningslinjen indgår tillige en beskrivelse af de organisatoriske rammer samt en beskrivelse af informationsindsatsen.

### 2.1. Smitteopsporing i en dansk kontekst

Smitteopsporingsindsatsen bygger på tidlig identifikation af personer, der er smittet med ny coronavirus samt opsporing, isolation og test af deres nære kontakter. Alt dette for at undgå smittespredning blandt fx familiemedlemmer, i vennekredse, på arbejdspladser og i samfundet generelt. Foruden den manuelle kontaktopsporing, anvendes også digitale

løsninger, som skal være med til at identificere kontakter, hvor der kan have været risiko for smitte.

Helt generelt er der i det danske kontaktopsporingsprogram taget højde for bl.a. smitteinddæmning og muligheden for at efterleve programmet for den enkelte. Ved at se til matematiske modelleringer for den teoretiske smitteinddæmning, gives en indikation for varigheden af selvisolation og forskellige testintervallers betydning for smitteinddæmningen. Matematiske modeller kan dog ikke stå alene og skal anvendes med de nødvendige forbehold.

Det er afgørende for at sikre mest mulig forebyggelse af smitte, at programmet finder den rette balance mellem teoretisk beskrevet smitteinddæmning, og den praktiske mulighed for at følge programmets anbefalinger. Dette vil samlet set give bedst mulig smitteinddæmning. Jo mere omfattende og indgribende et kontaktopsporingsprogram er, jo sværere er det at efterleve – særligt gennem længere tid. Det er væsentligt at sikre, at personer eksponeret for smitte med ny coronavirus (fx nære kontakter), altid isolerer sig i den periode, hvor de potentielt er mest smitsomme for at forebygge yderligere smittespredning. Dette gælder uanset, hvilken virusvariant man er smittet med.

Foruden ovenstående kan der iværksættes udbrudsefterforskning efter en konkret vurdering, hvor man forsøger at opspore smittekæder bagudrettet.

De følgende tre myndigheder, Statens Serum Institut, Styrelsen for Patientsikkerhed og Sundhedsstyrelsen, har forskellige opgaver og ansvarsområder i relation til smitteopsporing og opsummeres kort nedenfor.

**Statens Serum Institut (SSI):** overvåger smittespredning og udarbejder løbende risikovurdering på nationalt niveau. SSI registrerer og videregiver påviste tilfælde af ny coronavirus til Styrelsen for Patientsikkerheds enhed, *Coronaopsporing* og varetager sekretariat og mødeledelse for den myndighedsfælles *signalgruppe*, som opfanger og drøfter signaler fra smitteovervågningen. SSI indgår desuden i internationale varslingsnetværk for smitsomme sygdomme.

**Styrelsen for Patientsikkerhed (STPS):** kontakter personer, der er påvist smittet med ny coronavirus og deres nære kontakter og yder konkret og daglig rådgivning til kommuner og regioner. STPS forestår ligeledes udbrudshåndtering, herunder beskrivelse af antal smittede og hvilke områder, der er omfattet af udbruddet.

**Sundhedsstyrelsen (SST):** beskriver faglige rammer for forebyggelse af udbrud og udarbejder samlet program for opsporing og håndtering af nære kontakter. SST anbefaler, på baggrund af faglige drøftelser, risikovurderinger og udbrudsbeskrivelser, hvilke tiltag, der skal sættes i værk lokalt, regionalt og nationalt. Ved udbredt smittespredning i samfundet yder SST generel rådgivning af regioner og kommuner, udsteder vejledninger og retningslinjer.

### 3. Hvem er en nær kontakt?

#### Boks 1. Definition af nære kontakter

- Alle, der bor sammen med en, der har fået påvist ny coronavirus
- Alle, der har haft direkte fysisk kontakt (fx kram) eller direkte kontakt til smittefarlige sekreter (fx hoste eller nys) med en, der har fået påvist ny coronavirus
- Alle, der har været inden for 2 meter i mere end 15 minutter (fx i samtale med personen) med en, der har fået påvist ny coronavirus.
- Alle, der har været inden for 2 meter med en person, der har fået påvist ny coronavirus, i en af nedenstående situationer, hvor der er øget risiko for smitte:
  - Aktiviteter med kraftig udånding som sang, høj tale eller råb
  - Aktiviteter, der indebærer fysisk anstrengelse
  - Ophold i lukkede rum med dårlig ventilation eller manglende udluftning

Nære kontakter vil være alle dem, man bor sammen med og dagligt deler soveværelse, sofa, kram osv. med, dvs. medlemmer i ens husstand. Derudover vil det gælde for de nærmeste venner og familiemedlemmer, hvor man har haft fysisk kontakt, fx et kram eller i situationer, hvor man har siddet tættere end 2 meter mellem sig ved et middagsbord. Det kan også gælde for tætte kolleger, hvor man har været nødt til at stå meget tæt gennem længere tid og dermed ikke holdt den anbefalede afstand på 2 meter. For sundhedsfagligt personale gælder dog særlige overvejelser i henhold til, hvornår de defineres som nære kontakter, som beskrives nærmere i Sundhedsstyrelsens [Retningslinjer for håndtering af COVID-19 i sundhedsvæsenet](#).

Derudover er der særlige situationer, hvor risikoen for smitte med ny coronavirus er større fx ved aktiviteter i bevægelse eller kraftig udånding som sang, råb og fysisk anstrengelse mv., hvor dråber i højere grad dannes og slynges længere væk. Her gælder, at hvis man i disse situationer har opholdt sig inden for 2 meter til en person, der er påvist smittet, betragtes man som nær kontakt, uanset varighed af kontakten. Dette baseres på aktuel viden om smitteforhold, idet ny coronavirus hovedsageligt smitter ved dråbe- og kontaktsmitte<sup>1</sup>. Meget små dråber kan slynges ud både ved host og nys, men også ved fx høj tale, sang, eller kraftig udånding i forbindelse med fysisk anstrengelse. De fleste

<sup>1</sup> WHO, 2 April 2020: Coronavirus disease 2019 (COVID-19). Situation Report – 73. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports>

dråber antages at falde til jorden inden for få meter, og risikoen for smitteoverførsel falder derfor ved en afstand over 1-2 meter. Dårligt luftskifte øger derfor risikoen for dråbesmitte gennem luften, både ved at øge dråbetætheden og ved at øge dråbernes opholdstid i luften. Risiko for smittespredning antages derfor at være større ved indendørs ophold, ved forsamling af mange mennesker i små lokaler og ved langvarigt ophold i lukkede rum med dårlig ventilation eller manglende udluftning.

Ovenstående betyder, at man er nær kontakt, hvis man har stået indenfor 2 meter af en, der er smittet til fx en korttime, på et fitnesshold i et tæt lukket lokale eller i en bil.

Overordnet set stemmer den udvidede definitionen af nære kontakter, overens med aktuelle definitioner fra bl.a. ECDC og andre, sammenlignelige lande som eksempelvis Norge<sup>2,3</sup>.

Der kan dertil være særlige situationer, hvor der kan være en øget risiko for smittespredning af ny coronavirus til trods for, at kriterierne for at være nær kontakt ikke er opfyldt. I sådanne særlige situationer kan det, som en ekstra sikkerhedsforanstaltning, være relevant at teste personer, der har været i nærheden af den, der er smittet. Dette er beskrevet i kapitel 5.

Man er ikke selv nær kontakt, hvis man har været tæt på en, som er identificeret nær kontakt. Det er først, hvis personen tester positiv for ny coronavirus, at der skal igangsættes kontaktopsporing af nære kontakter.

### 3.1. Periode for smitteopsporing

Smitteperioden, som anvendes til at identificere nære kontakter, er den periode hvor der er størst risiko for, at den smittede person har kunne smitte andre.

Risikoen for smitte mellem personer er størst, når en smittet person har udtalte symptomer. Der kan dog også ske smitte fra personer med milde eller ingen symptomer, dvs. præsymptomatisk og asymptomatisk smitte. Derfor omfatter smitteperioden også tiden før debut af symptomer.

<sup>2</sup> ECDC, November 2020: <https://www.ecdc.europa.eu/en/covid-19-contact-tracing-public-health-management>

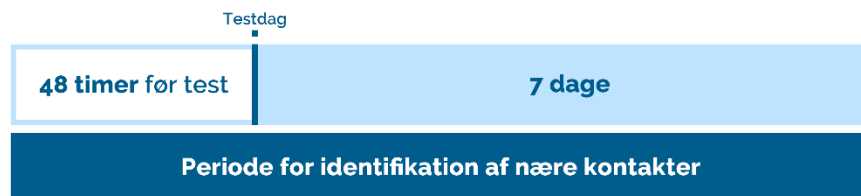
<sup>3</sup> Folkehelseinstituttet, 2021, <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/testing-og-oppfolging-av-smittede/definisjoner-av-mistenkte-og-bekreftede-tilfeller-med-koronavirus-coronavir/?term=&h=1>



Figur 1. Periode for identifikation af nære kontakter ved symptomer



Figur 2. Periode for identifikation af nære kontakter uden symptomer



Der er bred enighed på tværs af lande, samt WHO og ECDC, om at anvende 48 timer før hhv. debut af symptomer og en positiv test, som grænse for hvor lang tid tilbage i tiden man skal gå for at identificere de nære kontakter, der har risiko for at være blevet smittet med ny coronavirus.

#### Boks 2. Smitteperiode for personer med ny coronavirus

Smitteperioden for personer med symptomer og positivt testsvar er:

- Fra 48 timer før symptomdebut til 48 timer efter symptomophør

Smitteperioden for personer uden symptomer og med positivt testsvar er:

- Fra 48 timer før personen fik foretaget testen til og med 7 dage efter testen

I udbrudsefterforskning kan det dog være relevant at gå længere tilbage end de 48 timer, hvis man vil finde frem til den person, der har smittet den pågældende. Denne opgave varetages i Styrelsen for Patientsikkerhed.

## 4. Hvad sker der, når man er nær kontakt?

Når en person testes positiv for ny coronavirus, skal der ske opsporing af nære kontakter til den smittede person.

De nære kontakter kontaktes hurtigst muligt, så de straks kan gå i selvisolation med henblik på at mindske og forebygge smittespredning og derefter følge program for test af nære kontakter. Indsatsen består af tre dele:

1. **Identifikation** af nære kontakter. Dette omfatter en gennemgang af, hvilke kontakter til den smittede person, der opfylder mindst ét af kriterierne i definitionen om at være en nær kontakt, inden for den fastsatte smitteperiode (jf. kap 3).
2. **Kontakt** til de nære kontakter, som informeres om, at de er en nær kontakt til en smittet person, og hvordan de skal forholde sig som nære kontakter.
3. **Selvisolation og test** af nære kontakter med henblik på at mindske smittespredning

### 4.1. Identifikation og kontakt til nære kontakter

Personer har adgang til deres testresultat via sundhed.dk, hvor der også findes et link til Sundhedsstyrelsens informationsmateriale om, hvad man skal gøre, hvis man tester positiv. I tilfælde af et positivt testsvar opfordres den enkelte til at isolere sig og gå i gang med at finde ud af, hvem der er ens nære kontakter.

Styrelsen for Patientsikkerhed står for opsporing af nære kontakter via enheden, *Coronaopsporing*. Coronaopsporing kontakter alle, der er testet positive med ny coronavirus - som udgangspunkt inden for 24 timer. Det anbefales, at alle nære kontakter får deres henvisninger til tests via Coronaopsporing, bl.a. for at blive prioriteret i testsystemet som nær kontakt.

Hvis man i stedet selv booker på coronaprover.dk, er det vigtigt, at man sørger for at booke to tests med det rette tidsinterval samt at angive, at man er nær kontakt.

### Boks 3. Opsporing af nære kontakter gennem Coronaopsporing

- Coronaopsporing sender et brev i e-boks med information om isolation og opsporing af nære kontakter til alle, der er testet positive. I brevet er der links til Sundhedsstyrelsens pjeces [Til dig, der er testet positiv med ny coronavirus](#) og pjecen [Til dig, der er nær kontakt til en, der er testet positiv for ny coronavirus](#). I brevet er der også link til [Styrelsen for Patientsikkerheds information til nære kontakter](#).
- Coronaopsporing ringer til personer, der er testet positive og informerer om, hvordan de skal forholde sig og tilbyder støtte med at afklare, hvem der er nære kontakter.
- Coronaopsporing kontakter og informerer de nære kontakter, om at de har været tæt på en person, der er testet positiv, og hvordan de skal forholde sig\*.
- Hvis nære kontakter tester positiv for ny coronavirus, opfordres de til at ringe til Coronaopsporing på tlf. 32 32 05 11 for at få sundhedsfaglig rådgivning.

\*Det er også muligt for smittede personer selv at kontakte dem, de har været i nær kontakt med samt videresende eller henvise dem til information om at være nær kontakt.

## 4.2. Opsporing af den, der har smittet den smittede

Med det formål at inddæmme smitten yderligere, bør der igangsættes opsporing af smitekilden til den smittede person, dvs. bagudrettet opsporing. Et mere detaljeret kendskab til eksponeringskilden er en vigtig faktor i at opnå kontrol med epidemien i Danmark.

Dette foregår allerede som led i udbrudsefterforskning på fx sygehuse. Styrelsen for Patientsikkerhed anvender en spørgeguide og formålet er at finde ud af, om personen, der er smittet, måske har smittet flere personer. Udbrudsefterforskning beskrives ikke nærmere her, men varetages som en del af smitteopsporingen i regi af Styrelsen for Patientsikkerhed.

### 4.3. Testintervaller og –hyppighed ud fra matematiske modeller

For at fastlægge hvor mange og hvor ofte nære kontakter bør lade sig teste, har Sundhedsstyrelsen inddraget og vægtet flere relevante parametre, som beskrevet i afsnit 2.1.

Et af disse perspektiver er udarbejdelse af matematiske modeller til at belyse, hvordan forskellige testprogrammer for nære kontakter har betydning for den teoretiske inddæmning af smitte. Her ses det, at der selvsagt er en større smitteinddæmmende effekt ved at forlænge perioden for selvisolation blandt nære kontakter, men også at inddæmningen er større ved fx at lade nære kontakter teste to gange frem for én gang.

Ved at forlænge perioden for selvisolation til efter anden negative test, vil der teoretisk set være en større inddæmning af smitte, sammenlignet med hvis man ophæver testen efter 4. dagen. Disse matematiske modeller er behæftet med usikkerheder, men modelleringen kan give en relevant indikation af varigheden af selvisolation og forskellige testintervallers betydning for smitteinddæmningen og er derfor indgået i drøftelserne om tilrettelæggelse af det nuværende program.

Foruden disse beregninger, er udbredelsen af de mere smitsomme virusvarianter på tværs af Europa, herunder i Danmark. ligeledes inddraget, baseret på risikovurderinger og beskrivelser udarbejdet af ECDC og Statens Serum Institut. Der er intet, der tyder på, at smitteveje er anderledes for B.1.1.7 eller at man smitter over en længere periode end for andre virusvarianter. Inkubationstiden for B.1.1.7, samt perioden for asymptomatisk og præsymptomatisk smitte formodes tillige at være den samme som for andre virusvarianter.

På baggrund heraf er det Sundhedsstyrelsens samlede vurdering, at der er behov for et ensartet program, der gælder for alle, men samtidig et stærkt øget fokus på vigtigheden af programmet for kontaktopsporing efterleves.

For at imødekomme ovenstående udfordringer og baseret på principperne for tilrettelæggelse af kontaktopsporingsprogrammet, faglig rådgivning og den matematiske modellering, anbefaler Sundhedsstyrelsen, at det reviderede kontaktopsporingsprogram fastholder testinterval og testhyppighed af nære kontakter, men at perioden for selvisolation forlænges permanent for alle. Det betyder, at alle, der er nære kontakter, skal gå i selvisolation hurtigst muligt og følge et fastlagt testprogram med to PCR-tests på hhv. dag 4 og dag 6 efter seneste kontakt med personen, der er påvist smittet. Ophør af selvisolation kan finde sted efter andet negative testsvar. Dette er også gældende hvis man er smittet med en af de mere smitsomme virusvarianter.

Sundhedsstyrelsen opdaterede anbefalinger for selvisolation og test af nære kontakter beskrives i afsnittet nedenfor.

#### 4.4. Selvisolation og test af nære kontakter

Når man identificeres som nær kontakt, skal man gå i selvisolation og følge et fastlagt testprogram med to PCR-tests på hhv. dag 4 og dag 6 efter kontakt med den smittede. Det er væsentligt, at man følger programmet nøje for at undgå at sprede smitte med ny coronavirus.

Hvis man identificeres som nær kontakt, skal selvisolation ske hurtigst muligt og fastholdes indtil andet negative testsvar.

Sundhedsstyrelsen har udarbejdet generelle råd om selvisolation for at mindske eventuel smittespredning i husstanden. Personer, som er påvist smittet med ny coronavirus, som ikke har mulighed for selvisolation i eget hjem, kan henvende sig til kommunen vedr. tilbuddet om et frivilligt ophold på en kommunal isolationsfacilitet, såfremt de opfylder kriterierne herfor. For yderligere information henvises til Sundhedsstyrelsens retningslinje, [COVID-19: Isolation ved påvist COVID-19](#), og [informationsmaterialer](#) på området.

##### *Boks 4. Sundhedsstyrelsens anbefalinger om selvisolation*

**Selvisolation betyder**, at man skal blive hjemme, så man ikke risikerer at smitte andre.

Man skal gå i selvisolation, hvis:

- man har symptomer, der kunne være COVID-19,
- man er nær kontakt til én, der er smittet eller
- man selv er smittet.

At være i selvisolation betyder også, at man så vidt muligt undgår tæt kontakt med dem, man bor sammen med ved at opholde sig og sove i et separat værelse, har adgang til separat toilet og bade faciliteter eller, at man selv gør grundigt rent efter sig, jf. Sundhedsstyrelsens retningslinje, [COVID-19: Isolation ved påvist COVID-19](#).

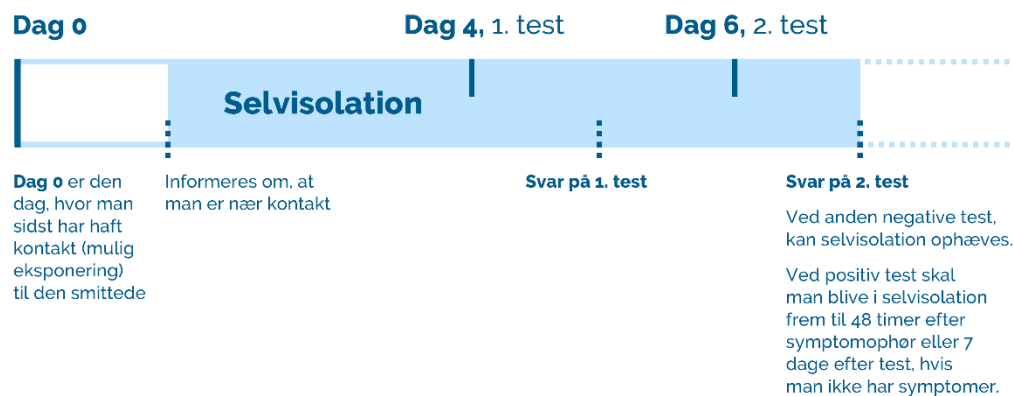
Test af nære kontakter foretages i lokale teststeder og bør prioriteres således, at der sikres rettidig opsporing og inddæmning af smitte, jf. Sundhedsstyrelsens [Retningslinjer for håndtering af COVID-19 i sundhedsvæsenet](#).

Hvis der er gået mere end 14 dage siden sidste mulige eksponering af smitte, henvises den nære kontakt ikke til test.

## Boks 5. Testinterval for nære kontakter

- **1. test** foretages tidligst 4 dage efter, man sidst blev udsat for mulig smitte, dvs. sidste kontakt med personen, der er påvist smittet (dag 0).
- **2. test** foretages to dage efter 1. test uanset, om der er kommet svar på første test
  - Ved 1. test på dag 4 foretages 2. test på dag 6, som udføres uanset, om der er kommet svar på første test fra dag 4
  - Ved 1. test på dag 5 foretages 2. test på dag 7, som udføres uanset, om der er kommet svar på første test fra dag 5
  - Ved 1. test på 6. dag og frem foretages ikke yderligere test

Figur 3. Det generelle testinterval for nære kontakter



For at opstarte kontaktopsporing så tidligt som muligt, kan nære kontakter som udvikler symptomer, med fordel tage en hurtigtest hurtigst muligt, i kombination med en PCR-test. På den måde kan den nære kontakt med symptomer få et hurtigt svar, som efterfølgende følges op med en PCR-test for at sikre, at testsvaret fra hurtigtesten er korrekt. Brug af hurtigtest kan her være særligt relevant, da tid er en væsentlig faktor i forhold til at finde personens nære kontakter, så de også kan gå i selvisolation og på den måde forhindre yderligere smittespredning. Derudover vil risikoen for, at nære kontakter med symptomer kan have smittet andre omkring sig, være højere, sammenlignet med de nære kontakter, som ikke har symptomer.

Hvis det ikke er muligt at undgå kontakt i den angivne periode, anbefales det, at husstanden går i selvisolation sammen i den pågældende periode, dvs. indtil personen som er nær kontakt har fået andet negative testsvar og må ophæve selvisolationen. Så vidt det er muligt, bør der i perioden fortsat undgås tæt kontakt i husstanden og generelt være skærpet opmærksom på hygiejne og rengøring.

Der ses på tværs af lande variation i den anbefalede periode for selvisolation, når man er blevet identificeret som nær kontakt. Som tidligere nævnt anvendes en kombination af selvisolation og test i Danmark. Mange andre lande benytter ikke test til at ophæve selvisolation, men har i stedet valgt at alle, der udpeges som nære kontakter, skal gå i selvisolation i en fastlagt periode på mellem 10-14 dage.

I Danmark er programmet for opsporing og håndtering af nære kontakter baseret på at sikre mest mulig inddæmning af smitte og samtidig fastholdes en hverdag så vidt muligt, så de nære kontakter, der ikke er smittet kan komme tilbage på arbejde, i skole mm. uden at være i isolation i længere tid end højst nødvendigt. Den danske strategi forudsætter en nem adgang til testning samt en høj testkapacitet for den generelle befolkning, hvilket langt fra er tilfældet i fx andre EU lande. Flere lande har dog drøftet muligheden for at indføre en kombination af selvisolation og test.

#### **4.5. Nære kontakter til personer smittet med mere smitsomme virusvarianter**

Udbredelsen af mere smitsomme virusvarianter af ny coronavirus, som fx cluster B.1.1.7, har medført et øget fokus på vigtigheden af kontaktopsporing. Nære kontakter til personer, der er smittet med en mere smitsom virusvariant, som B.1.1.7, bør være særligt opmærksomme på at overholde Sundhedsstyrelsens generelle anbefalinger, som fysisk afstand, god håndhygiejne, hostetikette, og vise særligt hensyn til personer, der er i øget risiko for alvorligt forløb ved COVID-19, ved ophævelse af selvisolation efter andet negative testsvar.

Sundhedsstyrelsen vil også her løbende følge området ud fra Statens Serum Instituts vurderinger og på den baggrund foretage justeringer i det gældende program, hvis relevant.

Styrelsen for Patientsikkerhed har desuden særlig opmærksomhed på, at personer smittet med B.1.1.7 efterlever retningslinjerne for selvisolation og test.

#### **4.6. Henvisning til test af nære kontakter for ny coronavirus**

For nære kontakter kan henvisning til test for ny coronavirus ske ved at ringe til Coronaopsporing på tlf. 32 32 05 11 for at afklare, hvilke dage, der skal bestilles tid og for at få henvisning til tests. Derefter bookes de to tests på coronaprover.dk.

Hvis man som nær kontakt selv booker tid til test uden at kontakte Coronaopsporing, er det vigtigt, at man husker at booke to tider til at blive testet og samtidig anføre, at man er nær kontakt. Man kan dog kun booke én test af gangen, hvis man booker test udenom Coronaopsporing.

#### 4.7. Nære kontakter med positiv test

Den nære kontakt med et positivt testsvar, skal gøre følgende:

- 1) Igangsætte identifikation af nære kontakter
- 2) Ikke møde op til 2. test (hvis den endnu ikke er foretaget) samt afmelde tiden, så den frigives til andre.
- 3) Fortsætte selvisolation indtil 48 timer efter symptomophør, hvis personen udvikler symptomer eller
- 4) Fortsætte selvisolation indtil 7 dage efter testen blev taget, hvis personen ikke udvikler symptomer

Det anbefales ikke, at smittede personer skal have en negativ test for at komme tilbage igen på arbejde, på uddannelse eller lignende. Testen kan nemlig i en længere periode være positiv efter symptomophør pga. inaktiv virus, selv om man er rask og ikke længere smitter (jf. Sundhedsstyrelsens Retningslinjer for håndtering af COVID-19 i sundhedsvæsenet).

#### 4.8. Eksponering for smitte over længere periode

Der vil være nogle nære kontakter, som løbende er blevet eksponeret for smitte, og hvor eksponeringstidspunktet derfor ikke kan fastsættes præcist. Det kan fx være tilfældet, hvor en person er smittet med ny coronavirus i en husstand, og hvor det antages af de øvrige husstandsmedlemmer dagligt har haft tæt og fysisk kontakt til den smittede person.

Retningslinjer for testinterval i sådanne situationer afhænger af, hvorvidt eksponeringen ophører jf. nedenstående:

**Hvis eksponeringen ophører**, som følge af, at personen der er smittet selvisolerer, anbefales følgende testinterval for de nære kontakter:

1. Én test hurtigst muligt.
2. Herefter følges det generelle testinterval for nære kontakter, dvs. yderligere to tests på hhv. dag 4 og dag 6 efter ophør af eksponering, med ophør af selvisolation efter andet negative testsvar.



**Hvis eksponeringen ikke ophører**, og den løbende eksponering fortsætter, fx hvis en forælder passer og isolerer sig med et smittet barn i sygdomsperioden, anbefales følgende testinterval til den nære kontakt:

- Én test hurtigst muligt.
- Endnu en test, når den smittede person har haft 48 timer uden symptomer. Hvis den smittede person er asymptomatisk, anbefales én test 7 dage efter den smittede person blev testet (og ikke 7 dage efter modtaget testsvar).

Det gælder for begge situationer, at man skal blive i selvisolation frem til andet negative testsvar. Den første test bør tages hurtigst muligt for at opspore og påvise evt. smitte i husstanden fx i tilfældet med en asymptomatisk forælder, der går i selvisolation med sit syge barn. De følgende tests er for at sikre, at den første test ikke er taget for tidligt, og at virus derfor endnu ikke kunne påvises.

Hvis en asymptomatisk nær kontakt tidligere har været smittet med ny coronavirus, anbefales det, at den nære kontakt kun testes og iværksætter selvisolation, hvis det er mere end 8 uger siden, den positive test blev foretaget.

Såfremt en tidligere smittet nær kontakt udvikler symptomer forenelige med COVID-19 inden for de 8 uger fra sidste positive test, vil vedkommende betragtes som mistænkt smittet, og der bør tages de samme foranstaltninger som normalt, herunder selvisolation og test.

#### 4.9. Særligt vedrørende børn

Ifølge Sundhedsstyrelsens Retningslinjer for håndtering af COVID-19 i sundhedsvæsenet anbefales test af asymptomatiske børn til og med 12 år kun, hvis resultatet kan have betydning for det videre behandlingsforløb, eller hvis andre særlige forhold taler herfor. Ved særlige forhold skal bl.a. forstås børn, som er nære kontakter til en person, der har fået påvist ny coronavirus, eller som er hjemsendt fra skole i forbindelse med screening for COVID-19.

Hvis der er et ønske om, at et asymptomatisk barn, som har været nær kontakt til en person med påvist ny coronavirus, ikke bliver testet, anbefales det, at barnet bliver hjemme i isolation indtil 7 dage efter sidste eksponering. Såfremt barnet i denne periode ikke udvikler symptomer på COVID-19, kan det efterfølgende komme i institution eller i skole.

For mindre børn, der endnu ikke er startet i institution, og som kun er nære kontakter til familiemedlemmer, anbefales det som udgangspunkt kun at teste barnet, hvis det udvikler symptomer, eller hvis det på baggrund af en sundhedsfaglig visitation vurderes relevant.

Aldersgrænsen i ovenstående er vejledende, og på baggrund af et konkret fagligt skøn kan behovet for test vurderes ved det enkelte barn.

## 5. Screeningstest af andre kontakter i særlige situationer

Som tidligere nævnt kan der være særlige situationer, hvor kriterierne for at være nær kontakt ikke er opfyldt, men hvor andre risikofaktorer tilsiger, at det anbefales at foretage en screeningstest for at undgå ikke erkendt smitte. Dette er altså et ekstra supplement til kontaktopsporing af nære kontakter.

Det kan fx være situationer, hvor afstandskravet som udgangspunkt er overholdt, men hvor der grundet risikofaktorer som langvarig kontakt i lukkede rum, eller evt. usikkerhed om afstand mv. kan være øget risiko for smittespredning. Det kan også være i situationer, hvor der er andre risikofaktorer som fx mange konstaterede smittede ved samme begivenhed og dermed mistænkt 'superspredning'.

I disse situationer iværksættes der én screeningstest, som et ekstra tiltag for at undgå ikke erkendt smittespredning. I nedenstående situationer anbefales det således, at der foretages én screeningstest hurtigst muligt af andre kontakter til den person, der er påvist smittet med ny coronavirus, med henblik på at forebygge smittespredning. Forebyggelse af smittespredning hos øvrige kontakter med screeningstest er allerede implementeret på institutioner som fx plejecentre, på sygehuse samt på grundskoler.

I det følgende beskrives eksempler på de særlige situationer, hvor der kan screenes for COVID-19 med én test:

- *I produktionsvirksomheder:* fx medarbejdere som har arbejdet ved siden af eller overfor en medarbejder, der er smittet, og/eller hvor der er usikkerhed om afstandskravet har været overholdt. Screeningen vil som udgangspunkt omfatte medarbejdere, der har arbejdet i nærheden af den smittede, og ikke hele staben i en større produktionshal eller virksomhed på flere etager.
- *I kontorfællesskaber:* fx kollegaer som har siddet ved siden af, eller over for personen, der er smittet, i et kontorfællesskab, hvor afstandskravet som udgangspunkt er overholdt, men hvor der er andre risikofaktorer som fx usikkerhed om afstandskravet har været overholdt hele tiden. Ved åbne kontorfællesskaber på fx en hel etage, vil det dermed gælde for de nærmeste, der har siddet lige ved siden af eller over for personen, der er smittet.

- *Ved mødeafholdelse eller undervisning på ungdoms- og voksenuddannelse eller videregående uddannelse<sup>4</sup>*: fx personer der har deltaget i et længere møde eller i undervisning med en smittet person i et klasselokale, og/eller evt. usikkerhed om afstandskravet har været overholdt under hele mødet eller undervisningen.
- *Mistanke om 'superspredningsbegivenhed'*: fx hvis der konstateres flere smittetilfælde blandt personer, som har deltaget i samme begivenhed. Det gælder både aktiviteter og arrangementer i faglig, social og fritidssammenhæng, fx konferencer, ophold i personalerum/omklædningsrum, kor, deltagere og/eller tilskuere/tilhængere/medlemmer til en sports-, kultur eller fritidsbegivenhed.

Det skal bemærkes, at dette er vejledende situationer og i øvrigt ikke en udtømmende liste. Identificering af andre kontakter vil altid bero på en konkret vurdering af den pågældende situation.

I tilfælde af håndtering af smitte på sygehuse, plejecentre og lignende samt dagtilbud, skoler og uddannelsesinstitutioner følges de gældende retningslinjer, se bilag 2.

### 5.1. Identifikation af andre kontakter

Perioden for identifikation af andre kontakter er den samme som for nære kontakter beskrevet i kapitel 3.

Det er som udgangspunkt den smittede person og ledelsen på arbejdspladsen, i institutionen eller lignende og med evt. rådgivning fra Coronaopsporing, der vurderer, om der bør opfordres til en screeningstest blandt andre kontakter i den konkrete situation.

### 5.2. Appen smittelstop

Andre kontakter kan også identificeres via app'en smittelstop, som er et digitalt supplement til kontaktopsporingen og udviklet af Sundheds- og Ældreministeriet. Appen giver besked om mulig smitterisiko, hvis man har været tæt på en person, fx i en bus, der er testet positiv med ny coronavirus. Sundhedsstyrelsen anbefaler, at man downloader og bruger appen aktivt ved bl.a. at registrere, hvis man bliver testet positiv. Hvis man får besked om smitterisiko fra appen, skal man hurtigst muligt testes, se mere nedenfor.

<sup>4</sup> Der foretages ikke screening af andre kontakter i forbindelse med håndtering af smittetilfælde på grundskoler. Her følges retningslinjerne som beskrevet i *Forholdsregler ved tilfælde af COVID-19 i dagtilbud, skoler, ungdoms- og voksenuddannelser*: <https://www.sst.dk/da/udgivelser/2020/info-om-forholdsregler-ved-tilfaelde-af-covid-19-i-skoler-dagtilbud-og-andre-tilbud-til-boern-og-unge>

### 5.3. Test af andre kontakter

Personer, der identificeres som anden kontakt, bør gøre følgende:

- Booke tid til at få foretaget en test hurtigst muligt. Det kan enten være en hurtigtest eller en PCR-test.
- Skal *ikke* selvisolere, men må gerne både før test, og mens der afventes test svar, gå på arbejde, foretage praktiske gøremål som indkøb mm.
- Bør have skærpet opmærksomhed på evt. udvikling af symptomer og følge de smitteforebyggende anbefalinger, herunder sikre fysisk afstand og god hygiejne, grundig rengøring, anvendelse af mundbind i påkrævede situationer mv.

I tilfælde af et positivt testsvar skal personen straks selvisolere, og der vil igangsættes kontaktopsporing af nære kontakter samt udpegning af evt. andre kontakter.

Øvrige medlemmer i husstanden til personer, der identificeres som anden kontakt, skal ikke tage særlige forholdsregler. I tilfælde af en person, som er identificeret som anden kontakt, tester positiv for ny coronavirus, er de øvrige husstandsmedlemmer nære kontakter, jf. kapitel 4.

## 6. Information om kontaktopsporing

### 6.1. Information til personer, som er testet positiv for ny coronavirus

Alle har adgang til deres testsvar via sundhed.dk. Ved positivt testsvar henvises til Sundhedsstyrelsens informationsmateriale, [informationsmateriale til personer, som er testet positiv for ny coronavirus](#), hvor det fremgår, hvordan man skal forholde sig ved positivt testsvar. I informationsmaterialet opfordres den enkelte til at iværksætte selvisolation og opsporing af nære kontakter, så tidligt som muligt.

Styrelsen for Patientsikkerheds enhed *Coronaopsporing* sender et brev til den smittede persons e-boks med information om, hvordan de skal forholde sig. Derudover er der information, som de kan dele med deres nære kontakter og henvisninger til Sundhedsstyrelsens materiale. Herudover ringer Coronaopsporing til alle personer, som er testet positiv for ny coronavirus, for at rådgive om forholdsregler ved et positivt testsvar og for at hjælpe med opsporingen af nære kontakter. Den smittede kan også ringe til Coronaopsporing på 32 32 05 11.

Når Coronaopsporing taler med den smittede, er det i den forbindelse vigtigt, at personen informeres om:

- At iværksætte selvisolation i eget hjem:
  - Hvis personen har eller får symptomer på COVID-19 anbefales isolation indtil 48 timer efter symptomophør
  - Hvis personen er asymptomatisk anbefales isolation i 7 dage efter testen er foretaget.
- At selvisolation i eget hjem kræver en række forudsætninger, bl.a. at personen ikke forlader hjemmet og kan holde afstand til andre i husstanden. Alternativt er der også mulighed for et frivilligt ophold på en isolationsfacilitet uden for eget hjem, hvis de fastsatte kriterier er opfyldt. Det er kommunen, der visiterer til de eksterne isolationsfaciliteter.
- At de nære kontakter får besked om, at de kan være smittede, og hvordan de skal forholde sig ift. isolation og tests. Coronaopsporing tilbyder at stå for kontakten til nære kontakter. Hvis den smittede selv vil informere nære kontakter om isolation og tests, kan de også henvise til [Sundhedsstyrelsens informationsmateriale](#) om, hvordan de skal forholde sig samt Styrelsen for Patientsikkerheds [information til nære kontakter](#).

Alle smittede vil desuden modtage isolationsopkald fra Coronaopsporing for at understøtte en bedre efterlevelse af anbefalinger om selvisolation.

## 6.2. Information til nære kontakter

Når Coronaopsporing taler med den smittede persons nære kontakter informeres de om følgende:

- At udvise skærpet opmærksomhed på symptomer, der kan være tegn på COVID-19 til og med 14 dage efter nær kontakt med den smittede person.
- At de bør iværksætte selvisolation, indtil der foreligger svar på anden test. Hvis anden test er negativ, kan de afslutte selvisolation og tage på arbejde, i skole og daginstitution mv. samt varetage praktiske gøremål som fx handle ind mv. med fortsat fokus på overholdelse af de generelle råd om forebyggelse af smittespredning.
- At selvisolation i eget hjem kræver en række forudsætninger, bl.a. at personen ikke forlader hjemmet og kan holde afstand til andre i husstanden.
- At hvis det undtagelsesvist bliver nødvendigt at forlade eget hjem under selvisolation, fx for at blive testet, skal personen anvende CE-mærket mundbind.
- At følge Sundhedsstyrelsens generelle forebyggende anbefalinger om håndhygiejne, hostetikette, fysisk afstand og at vise særligt hensyn til personer, som er i øget risiko for et alvorligt sygdomsforløb ved COVID-19.
- Hvilke to dage de skal testes og få rådgivning om bl.a. selvisolation. De får samtidig henvisning til de to tests, som de selv booker tid til på coronaprover.dk, jf. ovenstående afsnit om test af nære kontakter.

Den smittede person kan også selv stå for at informere nære kontakter og henvise dem til Coronaopsporing på tlf. 32 32 05 11. Herudover kan den smittede person henvise nære kontakter til [Sundhedsstyrelsens informationsmateriale til nære kontakter](#), hvori det beskrives nærmere, hvordan den nære kontakt skal forholde sig til ovenstående information. De kan også henvise til Styrelsen for Patientsikkerheds [information til nære kontakter](#).

Nære kontakter til personer smittet med en mere smitsom virusvariant vil få denne besked via Coronaopsporingen, eller via den smittede, såfremt vedkommende selv står for

at informere sine nære kontakter. I så fald skal de nære kontakter være særligt opmærksomme på at efterleve de generelle, smitteforebyggende anbefalinger, når selvisolation ophæves efter andet negative svar.

Pårørende til, og andre, der har været tæt på den nære kontakt skal ikke foretage sig yderligere, mens der afventes svar på test for den nære kontakt. Det er først, hvis personen tester positiv for ny coronavirus, at der skal igangsættes opsporing af vedkommendes nære kontakter.



## 7. Justering af program på baggrund af erfaringer

### 7.1. Opfølgning på program

For meningsfuldt at kunne justere programmet løbende på baggrund af erfaringerne med test af nære kontakter, er det vigtigt, at der foreligger information om de nære kontakter, som er blevet testet. Sundhedsstyrelsen har opdateret listen nedenfor (bilag 1) over aktuelle og relevante behov for data til brug for monitorering af kontaktopsporing af nære kontakter med henblik på justering af programmet, herunder etablering af et fælles datagrundlag på tværs af styrelser for at sikre systematisk opfølgning og viden om epidemien på nationalt niveau.

# Bilag 1

Behov for data til brug for monitorering af opsporing af nære kontakter mhp. løbende justering og relevant tilpasning af det nuværende program:

- Etablering af et fælles datagrundlag på tværs af styrelser for at sikre systematisk opfølgning og viden om epidemien på nationalt niveau
- Etablering af rekvisitionskoder i kildesystemer, der klart adskiller bookninger af nære kontakter fra øvrige kontakter (dvs. at nære kontakter kan vælges ved booking både i sundhedsspor af klinikere og i samfundsspor samt oprettes rekvisitionskoden med særskilte rekvisitionskoder for hver type af test, der bookes).
- Antal nære kontakter, der lader sig teste, samt hvornår de lader sig teste (jf. testalgoritmen med anbefaling om test på hhv. 4. og 6. dagen) og opfølgning på tests i forbindelse med afisolering ved nye varianter med særlige krav om dette.
- Fordeling mellem antallet af nære kontakter per smittede, der opspores per smittet via Coronaopsporing og via den smittede selv.
- Overblik over clustering og forbindelse mellem de nære kontakter (hvem hører til hvilke udbrud)
- Mere detaljeret kendskab til de forskellige eksponeringskilder
- Antal personer som løbende bookes til tests som nære kontakter (samlet overblik både via coronaprøver.dk og via rekvisitioner).
- Nem bookningsmulighed for nære kontakter, som sikrer korrekt timing af tests i henhold til Sundhedsstyrelsens retningslinjer. Det vil sige, at der på coronaprøver.dk etableres mulighed for at booke begge tider til tests i en arbejdsgang for borger/Styrelsen for Patientsikkerhed (dog med forskellige koder således forløb kan adskilles).
- Antal nære kontakter pr. smittet (gennemsnit, samt beskrivelse af varians)
- Antal nære kontakter, som Styrelsen for Patientsikkerhed har kontaktet, samt antallet af nære kontakter, som det ikke er lykkedes at få fat i.

## Bilag 2

Nedenfor fremgår en oversigt over udvalgte materialer fra Sundhedsstyrelsen, herunder retningslinjer for håndtering af udbrud, smitteopsporing samt relevant borgerrettet kommunikation.

### Boks 6. Oversigt over relevante materialer

Retningslinjer	
Forebyggelse af smittespredning af ny coronavirus	<a href="https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/COVID-19-Forebyggelse-af-smittespredning">https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/COVID-19-Forebyggelse-af-smittespredning</a>
Isolation ved påvist COVID-19	<a href="https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Isolation-ved-paavist-COVID-19">https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Isolation-ved-paavist-COVID-19</a>
Retningslinjer for håndtering af COVID-19 i sundhedsvæsenet	<a href="https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Retningslinjer-for-haandtering-af-COVID-19">https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Retningslinjer-for-haandtering-af-COVID-19</a>
Forholdsregler ved tilfælde af COVID-19 i dagtilbud, skoler, ungdoms- og voksenuddannelser	<a href="https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Info-om-forholdsregler-ved-tilfaelde-af-COVID-19-i-skoler-dagtilbud-og-andre-tilbud-til-boern-og-unge">https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Info-om-forholdsregler-ved-tilfaelde-af-COVID-19-i-skoler-dagtilbud-og-andre-tilbud-til-boern-og-unge</a>
Vejledning om forebyggelse af smitte med COVID 19 på plejecentre, bosteder og andre institutioner	<a href="https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Vejledning-om-forebyggelse-af-spredning-af-COVID-19-paa-plejecentre-bosteder">https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Vejledning-om-forebyggelse-af-spredning-af-COVID-19-paa-plejecentre-bosteder</a>
Vejledning om forebyggelse af smitte med COVID 19 i hjemmeplejen	<a href="https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Vejledning-om-forebyggelse-af-smitte-med-COVID-19-i-hjemmeplejen">https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Vejledning-om-forebyggelse-af-smitte-med-COVID-19-i-hjemmeplejen</a>
Borgerrettet kommunikation	
Til dig, der er nær kontakt til en person, der er smittet med ny coronavirus	<a href="https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Til-dig-der-er-naer-kontakt-til-person-med-ny-coronavirus">https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Til-dig-der-er-naer-kontakt-til-person-med-ny-coronavirus</a>
Har dit barn symptomer, der kan være COVID-19, eller er der smitte i dit barns dagtilbud eller skole?	<a href="https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Har-dit-barn-symptomer-der-kan-vaere-COVID-19-eller-er-der-smitte-i-dit-barns-dagtilbud-eller-skole">https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Har-dit-barn-symptomer-der-kan-vaere-COVID-19-eller-er-der-smitte-i-dit-barns-dagtilbud-eller-skole</a>
Til dig, der har symptomer på COVID-19	<a href="https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Til-dig-der-har-symptomer-paa-COVID-19">https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Til-dig-der-har-symptomer-paa-COVID-19</a>

<b>Har dit barn symptomer på COVID-19?</b>	<a href="https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/One-page---Har-dit-barn-symptomer-paa-COVID-19">https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/One-page---Har-dit-barn-symptomer-paa-COVID-19</a>
<b>Til dig, der er testet positiv for ny coronavirus</b>	<a href="https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Til-dig-der-er-testet-positiv-for-ny-coronavirus">https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Til-dig-der-er-testet-positiv-for-ny-coronavirus</a>

**Sundhedsstyrelsen**  
Islands Brygge 67  
2300 København S

[www.sst.dk](http://www.sst.dk)

**Sundhed for alle** ♥ + ●