

Hej!

Du får denna information för att du kan ha utsatts för smitta av det nya coronaviruset, som orsakar covid-19 i samband med vården på .....

Tiden från smittotillfället till eventuellt insjuknande (inkubationstiden) varierar mellan två till fjorton dagar, vanligast är en period på cirka fem dagar.

Infektionen ger oftast en lindrig sjukdom med milda luftvägssymtom till exempel snuva, nästäppa, halsont, hosta och feber, men en del blir sjukare med andningsbesvär och behöver vårdas på sjukhus. Vissa får muskelvärk, huvudvärk och det förekommer också magbesvär med diarréer. Förlust av lukt- och smaksinnet är vanligt. För att skydda din egen och andras hälsa uppmanas du att vara uppmärksam på om du får några av dessa symtom.

### Vad ska du göra?

Eftersom du bedöms vara utsatt för covid-19 är det viktigt att du t o m.....

- Är extra uppmärksam på symtom på covid-19 (se ovan)
- Är extra noggrann med att tvätta händerna, hålla avstånd till andra och att hosta/nysa i armvecket eller i en näsduk
- Att du undviker onödiga sociala kontakter under inkubationstiden (0-14 dagar från exponering) och om du har ett arbete som kan göras på distans är detta särskilt lämpligt nu
- Du bör informera din arbetsgivare om att du är exponerad för Covid-19 om du arbetar inom hälso- och sjukvård eller omsorg (speciellt med riskgruppen äldre)
- Undviker att träffa personer som är 70 år eller äldre, eller andra personer i riskgrupp
- Om du får symtom ska du stanna hemma från skola/arbete. Du ska ta prov för covid-19 (via 1177)
- Om du blir så sjuk att du behöver uppsöka sjukvård är det viktigt att du informerar om att du har utsatts för covid-19 och fått detta brev

### För mer information om covid-19:

[www.1177.se/Halland](http://www.1177.se/Halland)

[www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)

Allmänna frågor om det nya coronaviruset ring 113 13.

Vi beklagar det som inträffat.

Med vänliga hälsningar

.....

Namn, titel