

# Smittspårning av covid-19

## Information till dig som har fått ett positivt provsvar med covid-19

**Denna information gäller dig som testats via en vårdgivare.**

**Obs!** Om du har tagit ett covidtest av typen självtest där du både tar och analyserar provet själv och detta blir positivt ska du omgående kontakta vården för att ta ett bekräftande test. Du ska också stanna hemma i väntan på svar på detta.

Du som har covid-19 måste enligt smittskyddslagen medverka vid smittspårning. Sjukvården kommer att kontakta dig för detta. För att stoppa smittspridning är det viktigt att de personer som kan ha utsatts för smitta snabbt informeras. Du är själv den som snabbast ger informationen.

**Därför ska du direkt när du har fått ditt positiva provsvar (redan innan du blir kontaktad av vården för smittspårning) göra följande:**

1. Läs [Covid-19, patientinformation och förhållningsregler](#).
2. Informera dina hushållskontakter (de du bor tillsammans med, eller har bostad med från 48 timmar innan du fick symtom). Om du testades utan att du hade symtom gäller från provtagningsdagen. De ska läsa informationen och följa förhållningsreglerna som anges i smittskyddsbladet [Covid-19: Information och förhållningsregler till hushållskontakter](#).

Detta gäller för testning av hushållskontakten:

- Om hushållskontakten, oavsett vaccinationsstatus, **har symtom** ska hen testa sig så snart som möjligt och stanna hemma i väntan på provsvar. Hen ska också följa förhållningsregler enligt smittskyddsblad ovan.
- Om hushållskontakten, oavsett vaccinationsstatus, **är utan symtom** ska hen testa sig på dag 5-7 efter index provtagningsdatum och stanna hemma i väntan på provsvar. Hen ska också följa förhållningsregler enligt smittskyddsblad ovan.

Hushållskontakter bokar tid för testning via [www.1177.se](http://www.1177.se) eller via vårdcentral. **De ingår i en smittspårning och ska därför testas via en vårdgivare och inte använda egenköpt självtest.** Om du **inte har möjlighet att** informera dina hushållskontakter så

måste du meddela smittspåraren detta. Smittspåraren tar över ansvaret för att informationen lämnas.

3. Informera smittspåraren om du varit utomlands inom 14 dagar innan du fick symtom eller blev provtagen.
4. Informera de nära kontakter utanför hushållet som du har träffat med ett avstånd på mindre än 2 meter under sammanlagt 15 minuter eller mer under ett dygn under din smittsamma period. Det gäller från 48 timmar innan du fick symtom och fram tills du inte längre betraktas som smittsam. Om du testades utan att du hade symtom gäller från provtagningsdagen. Informera dem om att läsa och **följa rekommendationerna i informationsbladet ”Till dig som har haft nära kontakt med person som har covid-19”**. Om du **inte har möjlighet att** informera dina nära kontakter så måste du meddela smittspåraren detta. Smittspåraren tar över ansvaret för att informationen lämnas.
5. Har du provtagits på uppmaning av din arbetsgivare, kontakta även din närmaste chef och meddela provresultatet.

Läs mer om covid-19 på [Vårdguiden 1177.se](https://vardguiden.1177.se)

#### Fakta om covid-19

Covid-19 är en virusinfektion som oftast ger lindriga symtom som snuva, halsont, hosta och feber, men en del blir mer allvarligt sjuka med andningsbesvär och behöver vårdas på sjukhus. Andra symtom på covid-19 kan vara muskelsmär, huvudvärk, trötthet, försämrat lukt- och smaksinne och magbesvär med bland annat diarréer.

#### Tiden från smitta till insjuknande

Under 14 dagar räknat från den dag du senast har utsatts för smitta kan det finnas en risk att du kan insjukna. Tiden från det att man smittas till man blir sjuk (inkubationstiden) varierar mellan 2 och 14 dagar, vanligast är 3 – 5 dagar.

#### Hur smittar covid-19?

Covid-19 smittar genom så kallad dropp- och kontaktsmitta. När en person hostar, nyser, talar, sjunger eller ropar bildas smittsamma droppar i luften. Då kan den som står nära bli smittad. När dropparna har fallit ned på ytor eller föremål kan smittämnen föras vidare därifrån, oftast via händerna. En infekterad person kan smitta andra redan 48 timmar innan symptomen börjar.