



Vejledning for gradvis, kontrolleret genåbning af skoler og fritidsordninger



Forebyggelse af smitte med COVID-19

Version 1.0

Indholdsfortegnelse

Introduktion	3
1. Baggrund	4
2. Tegn på sygdom	5
2.1. Hvornår må ansatte, børn og elever komme i institution/skole	5
2.2. Hvornår er man syg?	5
2.3. Ved sygdom opstået i institution.....	5
2.4. Hvis en i husholdningen er påvist med COVID-19.....	6
2.5. Risiko for smitte ved borgere uden symptomer på COVID-19.....	6
3. Særlige risikogrupper	7
4. Forebyggelse af sygdom	9
4.1. Håndvask/håndsprit	9
4.2. Hold afstand til hinanden	9
4.3. Rengøring og tøjvask.....	10
5. Konkrete tiltag	11
5.1. Konkrete tiltag til at forebygge smittespredning.....	11

Introduktion

Formålet med denne vejledning er at begrænse udbredelsen af smitte med COVID-19 på skoler.

Vejledningen er udarbejdet med henblik på den gradvise kontrollerede genåbning af skoler. Målgruppen for denne retningslinje er ledelser på skoler. Andre retningslinjer med skærpede forholdsregler, der relateres til COVID-19 epidemien, er fortsat gældende, fx retningslinje for legeaftaler og på legepladser samt for ophold i det offentlige rum.

Der stilles krav til, at skoler, som genåbner, iværksætter særligt skærpede forholdsregler for fortsat at forebygge smittespredning af COVID-19. Forudsætningen for, at sygdommen kan undgås i videst muligt omfang er særligt skærpede hygiejne tiltag, samt at personale, forældre og børn bliver hjemme til 48 timer efter symptomophør, når de er syge med symptomer, som giver mistanke om COVID-19, og opretholder streng selv-isolation som anbefalet af sundhedsmyndighederne – også ved milde symptomer.

Vejledningen knytter sig til bekendtgørelsen XXX [opdateres].

Denne vejledning beskriver baggrunden for forholdsreglerne, tegn på sygdom, forebyggelse af sygdom, information specielt til særlig risiko samt hvilke krav der er til de enkelte typer af institutioner og hvilke opgaver der på den baggrund skal løses i den enkelte institution.

På Sundhedsstyrelsens hjemmeside om COVID-19 www.sst.dk/corona kan der læses mere og findes supplerende materiale rettet mod institutioner, som genåbner efter nedlukning.

Yderligere henvises der til eksisterende anbefalinger fra Sundhedsstyrelsen¹:

- Smitsomme sygdomme hos børn og unge, Sundhedsstyrelsen, 2013
- Håndbog om hygiejne og miljø i dagtilbud, Sundhedsstyrelsen, 2019
- Forebyggelsespakke om hygiejne, Sundhedsstyrelsen, 2018

Sundhedsstyrelsen udarbejder ligeledes informationsmateriale med specifikke forholdsregler i relation til COVID-19 til familier med børn i skoler, som kan findes på www.sst.dk/corona og som i forbindelse med genåbning sendes ud til alle forældre via e-boks.

¹ <https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2019/Hygiejne-i-daginstitutioner>

1. Baggrund

COVID-19 forårsages af SARS-CoV-2, i daglig tale ny coronavirus. COVID-19 er en ny sygdom hos mennesker, der første gang blev påvist i den kinesiske millionby Wuhan i december 2019, og siden har der været en hurtig global spredning. WHO erklærede den 11. marts 2020 en pandemi. Siden mandag den 16. marts 2020 har alle offentlige institutioner som daginstitutioner, dagplejer, skoler m.v. været lukkede for at begrænse smittespredning i det danske samfund (med undtagelse af institutioner/skoler, som har været åbne, fx for at sikre nødpasning).

Skoler vil fra den 15. april 2020 igen gradvist kunne åbne, under forudsætning af en række særligt skærpede forholdsregler.

For at begrænse smitte under en kontrolleret genåbning af skoler, kan en række tiltag iværksættes. Det, der virker bedst, er at alle personer der færdes i skoler foretager grundig håndvask med vand og flydende sæbe, evt. med efterfølgende brug af håndsprit flere gange dagligt. Derudover påvirker anden personlig adfærd smitterisikoen.

SARS-CoV-2 smitter ved dråbesmitte og kontaktsmitte (det vil sige at overførsel af smitstof fra næse og mund via hænder og genstande man rører ved, fx via håndtryk og overflader m.v.). Man ved endnu ikke, hvor længe SARS-CoV-2 kan overleve på overflader, men for praktiske formål regnes med en overlevelse på 48 timer, som dog kan være længere afhængig af forureningsgrad (hvor meget virus der på det pågældende område).

2. Tegn på sygdom

Nogle mennesker, især yngre, kan have COVID-19 uden at udvikle symptomer. På nuværende tidspunkt vurderes det, at man kan smitte 48 timer før symptomdebut. Derfor er der også særlige forholdsregler for personer uden tegn på sygdom.

Hvis du har milde symptomer på både øvre luftvejsinfektion eller svær nedre luftvejsinfektion, det kan fx være hoste, feber, ondt i halsen, muskelsmerter eller vejrtrækningsbesvær, skal du mistænke COVID-19.

For de, der udvikler symptomer, er det karakteristisk, at man til at begynde med har milde symptomer som ondt i halsen og, muskelsmerter og evt. tør hoste. I dette stadium har man ofte let eller ingen feber.

Andre typiske symptomer er feber og hovedpine. Ved forløb med forværring kan der tilkomme åndenød, herunder hurtig vejrtrækning.

Stoppet næse eller løbenæse - uden andre symptomer - er ikke typisk for COVID-19, dvs. det er mindre sandsynligt, at symptomerne skyldes COVID-19, uden at det dog kan udelukkes.

2.1. Hvornår må ansatte, børn og elever komme i institution/skole

Ansatte og elever må komme i skole når de ikke har symptomer på sygdom. Det betyder, at hvis man har symptomer på sygdom, også milde symptomer som forkølelse, skal man blive hjemme, indtil man er rask.

I forhold til COVID-19 betragtes man som rask, når der er gået 48 timer, efter symptomerne er ophørt. Herefter må man komme i skole igen.

2.2. Hvornår er man syg?

Man vurderes som syg når der er symptomer på sygdom, også ved milde symptomer som forkølelse. Det betyder, at man ved symptomer på sygdom skal blive hjemme fra arbejde eller skole.

2.3. Ved sygdom opstået i institution

Hvis en elev eller en ansat får symptomer på sygdom, mens de er i skole, skal de hurtigst muligt tage hjem og blive der, indtil 48 timer efter de har haft sidste symptomer.

Hvis en person, der har været i skole, konstateres smittet med COVID-19, skal den pågældende skole informeres om det, med henblik på at de personer, den pågældende har været i nær kontakt med, informeres. Dette kan gøres ved et fælles opslag på et Aula eller lign.

Nære kontakter skal efterfølgende være særligt opmærksomme på sygdomstegn og i endnu højere grad følge de generelle råd om god hygiejne, men de må som udgangspunkt gerne må møde op i skolen. Skolens ledelse anbefales samtidig at gøre de berørte elever, forældre og lærere, der har været en nær kontakt til den smittede opmærksom på Sundhedsstyrelsens materiale til nære kontakter.

2.4. Hvis en i husstanden er påvist med COVID-19

Det anbefales, at personer med påvist COVID-19 i så høj grad som muligt isolerer sig i hjemmet væk fra andre i husstanden og ikke har fysisk kontakt med personer i hjemmet, jf. generelle råd til dig, der har tegn på sygdom².

Hvis man bor i husstand med en person med påvist COVID-19 må man gerne komme i skole eller på arbejde. Der opfordres dog til, at man i sådanne tilfælde er særligt opmærksom på at efterleve Sundhedsstyrelsens anbefalinger for adfærd samt være særligt opmærksom på symptomer på sygdom og bliver hjemme, hvis man får symptomer. Personer, der forlader husstanden, skal vaske hænder lige inden hjemmet forlades.

2.5. Risiko for smitte ved borgere uden symptomer på COVID-19

Nogle mennesker, især yngre, kan have COVID-19 uden at udvikle symptomer. På nuværende tidspunkt vurderes det, at man kan smitte 48 timer før symptomdebut. Derfor er der også særlige forholdsregler for personer uden tegn på sygdom. Det antages, at størstedelen af smitte sker fra personer med symptomer.

Hvis der forekommer smitte fra personer uden symptomer sker det ikke ved hoste/nys, men ved at der overføres smitstof fra næse og mund via hænder til genstande og overflader, der berøres af andre, der smittes ved ligeledes at røre ved næse/mund Hyppig håndvask med vand og flydende sæbe, rengøring (særligt af kontaktpunkter, som fx håndtag) og afstand er derfor de vigtigste elementer i at hindre smittespredning.

² https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/Pjece-Til-dig_-der-har-tegn-paa-sygdom

3. Særlige risikogrupper

Nogle grupper er særligt udsatte for at blive alvorligt syge, hvis de smittes med ny coronavirus/COVID-19. Det gælder:

- **Ældre over 65 år (især over 80 år)**
- **Personer med følgende kroniske sygdomme:**
 - Hjertekarsygdom (gælder ikke velbehandlet forhøjet blodtryk)
 - Lungesygdom (gælder ikke mild og velbehandlet astma)
 - Kronisk nyresygdom med nedsat nyrefunktion
 - Kronisk leversygdom
 - Diabetes type 1 og 2, især hvis man har følgevirkninger
 - Muskelsygdomme og neuromuskulære sygdomme, hvor man har nedsat hostekraft eller svært ved at komme af slim fra luftvejene
 - Svær overvægt med BMI over 35-40 afhængig af, om man har andre risikofaktorer også
 - Særlige blodsygdomme, hvor der vurderes at være øget risiko for komplikationer
- **Personer med nedsat immunforsvar som følge af:**
 - Blodsygdomme
 - Organtransplantation
 - Immunhæmmende behandling, herunder kemoterapi eller strålebehandling som led i behandling af kræft
 - HIV-infektion med svær påvirkning af immunsystemet
- **Børn med kronisk sygdom (som ovenfor) eller som har følgetilstande efter at være født for tidligt**
- **Gravide og kvinder op til to uger efter fødsel (ud fra et forsigtighedsprincip)**

Hvis du er i tvivl om, hvorvidt du er i særlig risiko eller har brug for særlig rådgivning, anbefaler vi at du taler med den læge, som behandler dig.

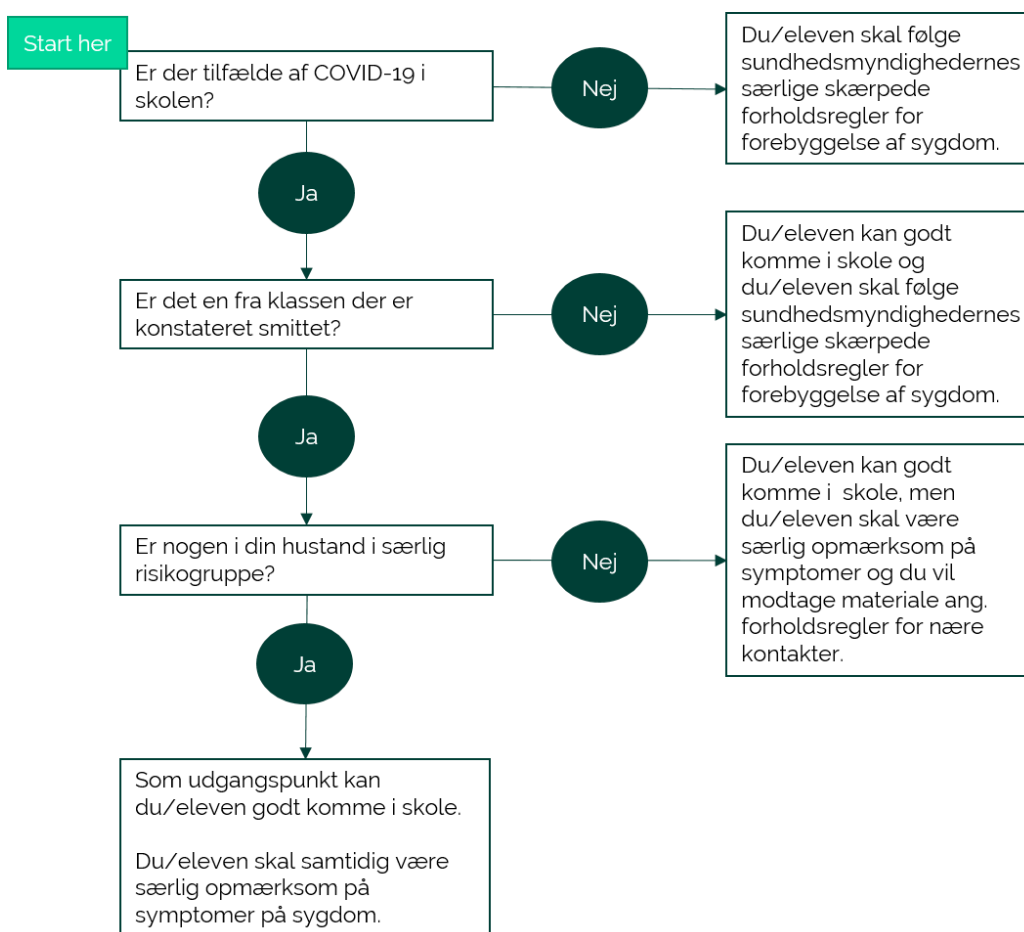
Sundhedsstyrelsen anbefaler ledelsen på den enkelte skole i dialog med den enkelte medarbejder eller forældre laver en konkret og individuel vurdering for elever og medarbejdere, der tilhører en særlig risikogruppe.

I vurderingen kan der lægges vægt på, om det er sundhedsmæssigt forsvarligt, at den pågældende medarbejder fortsat varetager sin vanlige funktion eller om barnet skal komme i dagtilbud. I vurderingen for medarbejdere skal bl.a. inddrages hvilke muligheder, der er for omplacering til arbejdsforhold uden fysisk kontakt med andre, samt medarbejderens egen trygheds- og risikovurdering ved den vanlige arbejdsopgave/funktion. Eventuelt begrænsede muligheder for at omplacere medarbejderen skal løses lokalt.

Bor man i husstand med en person, der er i særlig risiko, kan man som udgangspunkt godt komme på arbejde eller i skole.

Det anbefales, at ledelsen på den pågældende skole iværksætter fortsat onlineundervisning af elever, der ikke kan komme i skole. Hjemsendt personale kan arbejde hjemmefra.

Der henvises endvidere til notat om *Håndtering af COVID-19: Medarbejdere i sundheds-, social- og ældresektoren samt medarbejdere i dagtilbud 0-6 år, der tilhører særlige risikogrupper*³.



Figur 1: Flowchart til afklaring om hvorvidt man skal komme i skole i tilfælde konstateret smitte på skolen.

³ https://www.sst.dk/-/media/Udgivelser/2020/Corona/Notat-frontpersonale-sarbare/SST-notat-frontpersonale-i-saerlig-risiko-gruppe_15_03_20.ashx?la=da&hash=7BC8C0E617AC09410C79F0B712B17623AE65F70F

4. Forebyggelse af sygdom

Smitte med SARS-CoV-2 kan forebygges ved at tage en række forholdsregler. I dette afsnit beskrives de overordnede generelle råd til forebyggelse af smitte.

4.1. Håndvask/håndsprit

Håndvask med vand og flydende sæbe er en effektiv måde at forebygge smitte. Det skyldes, at håndvask med vand og flydende sæbe medfører, at snavs og bakterier løsnes og fjernes fra huden, hvilket fremmes af den mekaniske bearbejdelse der sker, når man vasker hænder samt skylning med vand.

Korrekt udført håndvask tager ca. 45-60 sekunder. Sundhedsstyrelsen har udgivet flere film og vejledninger, som illustrerer korrekt håndvask⁴.

Alternativer til håndvask

Vådservietter

Er man ikke i nærheden af vand og flydende sæbe, fx når man er på tur, kan der bruges hudvenlige vådservietter. Det anbefales, at man hurtigst muligt herefter udfører håndvask med vand og flydende sæbe.

Håndsprit

Virus er følsom over for desinfektion med alkohol (ethanolbaseret alkohol 70-85 % v/v tilsat glycerol 1-3 % er den anbefalede), hvorfor der kan anvendes håndsprit til at forebygge smitte. Ved påføring af desinfektionsmiddel som håndsprit dræbes mikroorganismerne.

Brug af håndsprit forebygger kun smitte, hvis hænderne er synligt rene og tørre.

Det vurderes, at håndsprit er virksomt over for SARS-CoV-2, hvis produktet lever op til krav formuleret i EN 14476.

4.2. Hold afstand til hinanden

Smitte med SARS-Cov sker primært ved kontaktsmitte og overføres af smitstof via hænder og berørte genstande, men kan ved symptomer som hoste og nys ske via dråber, der kan sætte sig på overflader og genstande, der derefter berøres af andre' Ved host og nys

⁴ https://www.sst.dk/da/Udgivelser/2020/film_vask_haender

falder dråber hurtigt til jorden og vil typisk ikke bevæge sig længere væk fra udgangspunktet end to meter. Derfor anbefales det, at der generelt holdes en afstand på to meter fra hinanden, for at forebygge smitte.

Der stilles ikke krav til det maksimale antal af personer, der må være samlet på skolen. Der er imidlertid et krav om, at borde og stole arrangeres så eleverne har en afstand på to meter mellem hinanden, for at forebygge smitte, mens eleverne sidder i længere tid ved siden af hinanden.

Mulighederne for indretning af lokalet er derfor afgørende for, hvor mange personer, der må være tilstede. Det kan være nødvendigt at dele eleverne op i mindre grupper, eller at dagen tilrettelægges, så eleverne opholder sig tidsmæssigt forskudt i skolen for at sikre den nødvendige afstand.

Ved legeaftaler uden for skolen anbefales, at der leges med så få børn som muligt og med børn fra den klasse som barnet i forvejen er sammen.

4.3. Rengøring og tøjvask

Rengøring med vand og sæbe medfører, at snavs og mikroorganismer løsnes og fjernes fra overflader. Herved kan reduceres forekomsten af mikroorganismer og dermed nedsætte også risiko for smitte ved berøring af overflader.

Fordi virus kan overleve på overflader, er der et stort behov for hyppigt at få rengjort de overflader, som hænder hyppigt har kontakt med (såkaldte kontaktpunkter). Det omfatter blandt andet legetøj, håndtag, gelænder, trykknapper og armaturer på toiletter, pc-tastaturer og arbejdsborde.

Rengøring kan suppleres med desinfektion af kontaktpunkter, men det forudsætter rengøring førend brug af desinfektion.

Tøj kan blive forurenet ved færden i det offentlige rum. Smitterisiko via tekstiler betragtes generelt som værende begrænset.

5. Konkrete tiltag

Nedenfor følger en række konkrete tiltag for genåbning af skoler og ungdomsuddannelser.

Det påhviler ledelsen at sikre følgende:

- At der udarbejdes instrukser for hygiejne og adfærd (der skal tages udgangspunkt i nedenstående punkter i afsnit 5.1).
- At ansatte og elever oplæres i håndvask med vand og flydende sæbe, hvornår der evt. benyttes håndsprit
- At der informeres om, hvornår der skal foretages håndvask, hostetikette, undgåelse af tæt kontakt og øvrige hygiejnebefalinger.
- At sikre faste rutiner for håndvask.
- At der på institutionens arealer, fx ved indgangen og øvrige relevante steder hvor børn, forældre og ansatte færdes, opsættes information/plakater fra Sundhedsstyrelsen om smitteforebyggende tiltag.
- At der i institutionen foreligger en instruks for håndtering af personale og børn med symptomer, der kunne være forenelige med COVID-19 (der skal tages udgangspunkt punkt 2).
- At ansatte og forældre har kendskab til de skærpede krav for håndtering af sygdom.
- At sikre, at nære kontakter til eventuelt syge modtager information om forholdsregler i tilfælde af sygdom (hertil kan bruges Sundhedsstyrelsens materiale).
- Håndtering af personale i særlig risiko (ældre over 65 år, personer med kronisk sygdom eller nedsat immunforsvar og gravide, jf. punkt 3).

5.1. Konkrete tiltag til at forebygge smittespredning

Håndhygiejne

For at sikre god håndhygiejne skal alle:

- ansatte, elever og ledsagende voksne, vaske hænder med vand og flydende sæbe når de kommer ind på skolen
- vaske hænder når hænderne er synligt snavsede.
- vaske hænder i faste intervaller fx i hvert frikvarter (som minimum hver anden time).
- vaske hænder efter toiletbesøg, før og efter spisning, efter næsepudsning og efter host/nys i hænder eller engangslommetørklæde.
- ansatte skal vaske hænder med vand og flydende sæbe eller bruge håndsprit, hvis de går fra undervisning af én klasse til en anden.
- ansatte skal hjælpe de mindste elever med at vaske hænder

- kun anvende engangsmaterialer som papirservietter, vaskeklude, forklæder m.v.
- anvende spritservietter eller hudvenlige vådservietter når man ikke er i nærheden af vand og sæbe, fx på ture. Der skal vaskes hænder med vand og flydende sæbe hurtigst muligt herefter.

Aflevere/afhente elever

- Det skal sikres, at forældre eller ledsagende voksne ikke samler sig ved indgangene til skolen. Dette kan gøres ved at elever afleveres i intervaller.
- Hvis muligt skal elever afleveres ved indgangen til skolen.
- Generelt skal fysisk kontakt, tæt og langvarig kontakt, håndtryk, kram, mv., undgås med personer som du ikke bor i husholdning med.

Rengøring

- Hvis der i nogle klasser er legetøj, skal dette vaskes flere gange dagligt. Legetøj som ikke kan vaskes må ikke anvendes indtil COVID-19 epidemien er overstået.
- Tablets skal gerne aftørres flere gange dagligt og mellem brug. Hvis muligt undgå at børnene deler tablets ellers sikre at kun få børn deler den samme tablet. Der skal anvendes spritservietter til dette. Der skal vaskes hænder før og efter brug.
- Tastatur og mus ved computer skal rengøres dagligt med engangsklude tilsat rengøringsmiddel. Der skal vaskes hænder før og efter brug af mus og tastatur.
- Rengøring og desinfektion af borde og kontaktpunkter mindst to gange dagligt, som fx vandhaner, toiletknapper, toiletsæder, bordoverflader, dørhåndtag, køleskabslåge/håndtag, gelændere, armlæn, lyskontakter m.v.
- Toiletter rengøres mindst to gange dagligt.
- Toiletsæder skal rengøres og afsprittes med 70-85 % hospitalssprit mindst 2 gange dagligt.
- Skraldespande i klasselokaler og på toiletter skal tømmes inden de er helt fyldte og mindst en gang dagligt.

Afstand mellem hinanden

- Elever skal placeres ved borde, så der er to meter i mellem eleverne. Det kan være nødvendigt at dele eleverne op i grupper og fordele dem i flere klasselokaler for at sikre den nødvendige afstand.
- Ved aktiviteter der kan foregå udendørs anbefales dette.
- Frikvarterer kan indrettes forskudt således, at mange elever ikke holder frikvarter på samme tid.
- Det anbefales, at flere voksne er tilstede udenfor, for at sikre, at elever holder afstand og undgår fysisk kontakt.
- Der skal leges i mindre grupper på fx fem elever uden for og to-tre elever inden for og kun inden for samme klasse.
- Offentlig transport skal undgås ved eventuelle ture væk fra skolen.
- Elever skal opfordres til kun at færdes i de samme mindre grupper både i og uden for skoletiden.

Mad og kantiner

- Alle skal vaske hænder grundigt før og efter der anrettes, tilberedes og spises mad.
- Alle skal være særlig opmærksomme på hygiejne ved tilberedning og anretning af mad.
- Vask af bestik og service skal ske ved 80°C i opvaskemaskine umiddelbart efter brug.
- Der må ikke deles mad mellem hinanden.
- Alt mad skal portionsanrettet. Der må ikke være buffet.
- Alle skal sidde med god afstand til hinanden når de spiser.

Indretning

- Større forsamlings skal undgås – fx morgensang og andet hvor klasser er samlet.
- Det anbefales, at der tidsinddeles mellem klasser i forhold til ankomst, frokost og frikvarterer, således at mange ikke er samlet på samme tid.
- Lærere skal komme til eleverne i klasserne – elever skal ikke skifte klasselokale.
- Ved møder mellem ansatte skal dette ske udendørs hvis muligt, ellers via video/telefon
- Der skal sikres let adgang til håndvask med vand, flydende sæbe og engangshåndklæder. Hvis der ikke er adgang til håndvask i lærerværelser, kan der opsættes dispensere til hånddesinfektion, iht. gældende aftaler med Brandtilsyn, sikkerhed ift. børn mv.

Undervisning

- Undervisning tilrettelægges så størstedelen af skoledagen foregår udendørs, og hvor undervisning kun foregår indenfor, når andet ikke er muligt grundet fx pga. vejret.
- Specifikke fag skal gennemføres væsentlig anderledes end før, fx madkundskab med fokus på ernæring i stedet for konkret madlavning.
- Idrætstimer skal foregå udendørs og planlægges uden kontaktsport.
- Det kan være nødvendigt at fag, hvor ovenstående forholdsregler ikke kan oprettholdes, aflyses og der undervises i andre fag i stedet.

SFO/fritidsordning

- SFO og fritidsordning skal indrettes således, at elever så vidt muligt kun er sammen med de samme elever som resten af skoledagen. Det kan betyde at SFO/fritidsordningen skal arrangeres således, at pædagogerne fordeles ud i de enkelte klasse/grupper af elever og elevernes pasning derfor foregår der.
- Aktiviteter skal i det omfang det er muligt foregå udenfor.

Sundhedsstyrelsen
Islands Brygge 67
2300 København S

www.sst.dk

Sundhed for alle ♥ + ●