
Minnisblað

Dagsetning: 24. janúar 2022

Höfundur: Þórólfur Guðnason sóttvarnalæknir

Viðtakandi: Willum Þór Þórsson heilbrigðisráðherra

Málsnúmer/skjalalykill: 21011462

Efni: Minnisblað sóttvarnalæknis um breytingu á sóttkví, einangrun og sýnatökum vegna COVID-19.

Síðustu þrjár vikur hefur Covid-19 faraldurinn hérlandis verið nokkuð stöðugur með um 1.300 greind smit daglega með nokkrum breytileika milli daga. Samfélagslegar takmarkanir hafa verið hér við lýði í nokkurn tíma en fyrir um einni viku voru þær hertar með reglugerð nr. 16/2022 þar sem að fjöldamörk voru miðuð við 10 manns og krám og skemmtistöðum var lokað. Líklegt er að þessar takmarkanir samfara öðrum aðgerðum hafi leitt til að fjöldi daglegra smita hefur haldist nokkuð stöðugur milli daga í stað þess að fara í veldisvöxt. Flest smitin sem nú hafa verið að greinast eru hjá börnum á grunnskólaaldri en þau eru flest óbólusett enn sem komið er og sömuleiðis hafa litlar takmaranir verið á skólahaldi.

Ómicron afbrigði kórónaveirunnar er uppistaðan í þessum mikla fjölda smita og greinist hjá rúmlega 90% einstaklinganna en delta afbrigðið hjá tæplega 10%. Þannig er Covid faraldurinn nú um margt frábrugðinn faraldrinum til þessa en ómicron afbrigðið er til muna meira smitandi en delta afbrigðið, það veldur sjaldnar alvarlegum veikindum, og sleppur frekar undan vernd bóluefna og fyrri covid smitum en áður hefur sést.

Á undanförunum dögum hefur einnig orðið töluverð breyting á þeim hópi sem liggur á sjúkrahúsi með COVID-19. Alvarlegum veikindum hefur fækkað en hins vegar hefur fjölgun orðið á vægum covid sýkingum hjá sjúklingum innlögðum með önnur vandamál og einnig hefur SARS-CoV-2 greinst oftast í reglubundinni skimun inni á sjúkrahúsum. Þrátt fyrir talsverðan fjölda sjúklinga sem liggur inn á Landspítala með COVID-19 þá hefur orðið fækkun á sjúklingum sem þurfa á gjörgæsluinnlögn að halda.

Áskorun Landspítalans felst nú í því að halda starfsemi sinni gangandi með töluverðan fjölda smitaðra sjúklinga inniliggjandi en ekki marga alvarlega veika og á sama tíma fjölda starfsmanna frá vinnu vegna COVID-19. Nú eru tæplega 200 starfsmenn Landspítalans í einangrun.

Vegna mikillar útbreiðslu smita þá hefur skapast mikið álag á starfsemi ýmissa fyrirtækja og stofnana einkum grunnskóla vegna fjarvista nemenda og starfsfólks. Flest smit sem nú eru að greinast í samfélaginu eru hjá börnum á grunnskólaaldri og hjá van- eða óbólusettum fullorðnum en með vanbólusettum er átt við þá sem einungis hafa fengið eina bólusetningu. Núverandi reglur um sóttkví og einangrun hafa einnig valdið miklum fjarvistum í skólum og á vinnumarkaði með tilheyrandi truflunum. Mörg börn hafa endurtekið þurft að vera í sóttkví og hafa séfræðingar í velferð barna bent á að slíkt geti haft neikvæðar afleiðingar. Því er hér lagt til að börn á leik- og grunnskólaaldri þurfi ekki að fara í smitgát eða sóttkví vegna smita í skólunum. Þar sem að núverandi fyrirkomulag sóttkvíar krefst útbreiddrar sýnatöku þá hefur einnig skapast mikið álag á heilsugæsluna sem ber ábyrgð á sýnatökum sem og á sýkla- og veirufræðideild Landspítalans og Íslenska erfðagreiningu sem sjá um greiningu sýnanna. Brýnt er því að einfalda allt fyrirkomulag er varðar sóttkví, smitgát, sýnatökur og greiningu COVID-19.

Þar sem að alvarleg veikindi af völdum ómicron afbrigðisins er til muna fátíðari en af völdum fyrri afbrigða, er brýnt að hefja hér afléttingar á ýmsum takmörkunum og einfalda ýmsa verkferla og leiðbeiningar sem snúa að COVID-19. Nú þegar hefur verið hafist handa við að einfalda sýnatökur hjá börnum átta ára og yngri með því að taka sýni frá munnholi í stað nefkoks, hætta sýnatöku hjá þeim sem sæta smitgát og aflétta hefðbundinni sóttkví hjá þeim sem eru þrívólusettir (eða tvívólusettir með sögu um Covid-19 á síðustu 6 mánuðum). Mikilvægt er að halda áfram á þessari braut en ég tel hins vegar nauðsynlegt að takmörkunum verði aflétt hægt og í nokkrum skrefum til að koma í veg fyrir bakslag í fjölda smita og alvarlegra veikinda sem gæti reynst erfitt fyrir heilbrigðiskerfið.

Rannsóknir sem gerðar hafa verið á áhættuþáttum smita af völdum delta afbrigðis kórónaveirunnar hafa sýnt að mesta áhættan er á smiti er innan fjölskyldna og hjá ó- eða vanbólusettum (einn skammtur) einstaklingum. Þó ekki sé vitað

hvort sömu áhættuþættir gildi um ómnícron afbrigðið þá má telja líklegt að svo sé. Afléttingaráætlanir sem hér eru lagðar til taka mið af þessari vitneskju.

Á þessari stundu tel ég að afléttingar þurfi að hefja með því að einfalda enn frekar ýmsar leiðbeiningar um sóttkví og sýnatökur og í framhaldi af því létta á ýmsum takmarkandi samfélagslegum aðgerðum. Mikilvægt er hins vegar að aflétta í hægum en öruggum skrefum. Þær breytingar sem hér eru lagðar til munu líklega auka smit í skólum og hjá fjölskyldum barna á leik og grunnskólaaldri. Tilslakanir í kjölfarið á ýmsum samfélagslegum aðgerðum munu á hinn bóginn að líkindum leiða til fjölgunar smita í eldri aldurshópum. Mikilvægt er hins vegar að sú fjölgun leiði ekki til fjölgunar á alvarlegum veikindum og spítalainnlögnum.

Með neðangreindum tillögum er lögð áhersla á að einfalda reglur um sóttkví og smitgát, og draga á sama tíma úr PCR sýnatökum. Með því móti mun létta á mörgum takmörkunum sem nú hvíla á einstaklingum, fjölskyldum, fyrirtækjum og ýmissi starfsemi. Hins vegar munu tölulegar upplýsingar um samfélagsleg smit verða ónákvæmari en áður og líklegt að samfélagslegum smitum muni fjölga. Því þarf áfram að hafa gott eftirlit með alvarlegum veikindum og innlögnum á sjúkrahús vegna COVID-19. Ef það gerist þá þurfa stjórnvöld að vera tilbúin til að grípa til ýmissa mótvægisáðgerða.

Með neðangreindum tillögum er einnig dregið mikið úr starfsemi smitrakningarteymisins og áherslan lögð á framkvæmd sóttvarnareglna innan heimila, vinnustaða og hópa. Mikil þróun hefur orðið í rafrænum lausnum við útfærslu smitrakninga og byggir fjöldi þeirra sem settir eru í sóttkví nú í meira mæli á skráningum þeirra sem fengið hafa jákvæða niðurstöðu úr PCR sýnatökum. Rafrænum upplýsingum er síðan komið til þeirra sem þurfa að fara í sóttkví. Þannig hefur ábyrgð á smitrakningu meira færst á hendur þeirra sem greinast með smit.

Ég legg því til eftirfarandi:

1. **Allir með einkenni sem bent geta til COVID-19 fari í PCR sýnatöku.**
2. **Covid-göngudeild Landspítalans** fylgist áfram með þeim einstaklingum sem greinast með COVID-19, sérstaklega þeim sem kunna að fá alvarleg veikindi.
3. **Smituðum einstaklingum verði áfram gert að dvelja í einangrun í alls 7 daga.** Starfsmenn covid-göngudeildar geti þó eins og áður ákveðið lengri einangrun sem byggir á lækisfræðilegu mati.
4. **Almennar leiðbeiningar um einangrun verði óbreyttar.**
5. **Útsettir einstaklingar innan heimila.**
 - a. **Þrífólusettir og tvífólusettir sem hafa áður greinst með COVID-19.**
 - i. **Verði gert að fara í smitgát sem lýkur með neikvæðu PCR prófi á 5. degi.** Leiðbeiningar um smitgát má sjá hér að neðan.
 - b. **Allir aðrir heimilismenn fari í 5 daga sóttkví sem endar með neikvæðu PCR prófi á 5. degi.**
 - c. **Einstaklingar í sóttkví eða smitgát á heimili þar sem aðili dvelur í einangrun, losna ekki úr sinni sóttkví/smitgát með neikvæðu PCR prófi fyrr en degi eftir að einangrun lýkur.**
6. **Útsettir einstaklingar utan heimilis án tillits til bólusetningastöðu eða aldurs.**
 - a. **Fari í smitgát í 5 daga án PCR prófs.**
 - i. **Fari í PCR sýnatöku ef einkenni koma fram sem bent geta til COVID-19.**
 - b. **Börnum á leik- eða grunnskólaaldri verði ekki gert að fara smitgát/sóttkví.**
7. **Kennarar í leik- og grunnskólum** verði hvattir til að gæta vel að sóttvörnum, nota veiruheldar grímur og andlitshlífar sérstaklega ef þeir hafa ekki fengið örvunarskammt (þriðja skammt) bóluefnis. Muna þarf að full virkni örvunarskammts fæst ekki fyrr en 14 dögum eftir bólusetninguna.
8. **Sóttkví**
 - a. **Fyrri leiðbeiningar um sóttkví verði óbreyttar**
9. **Smitgát**
 - a. Með smitgát er átt við að viðkomandi beri grímu í margmenni og þegar ekki verði hægt að viðhafa tveggja metra nándarreglu, úti sem inni. Börn á grunnskólaaldri verði undanþegin grímuskyldu. Forðast skuli mannmarga staði og sleppa umgengni við viðkvæma einstaklinga. Þegar smithætta er mikil eins og inni á heimilum, ljúki smitgát með neikvæðu PCR prófi á 5. degi. Annars lýkur smitgát á 5. degi án PCR prófs.
 - b. Heilbrigðisstofnunum, hjúkrunarheimilum og öðrum stöðum þar sem viðkvæmir einstaklingar fyrirfinnast verði heimilt að setja sér sínar eigin reglur um sóttkví, smitgát og sýnatökur.
10. Eins og áður sagði er mikilvægt að fylgjast með framgangi faraldurs og endurskoða þessar reglur ef þurfa þykir.