

Smittemåder for COVID-19

Anne Kjerulf
Central Enhed for Infektionshygiejne
Statens Serum Institut



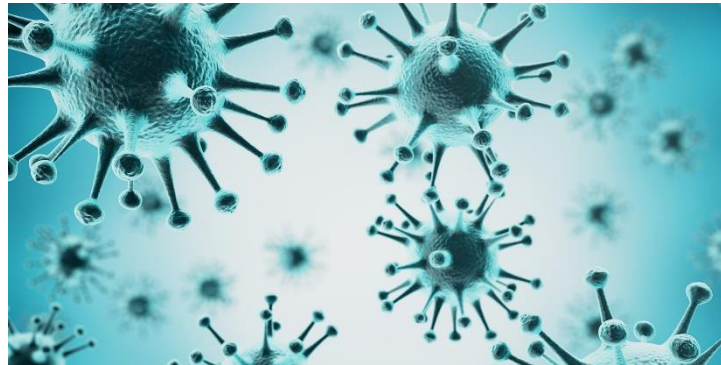
HVORDAN BLIVER MAN SMITTET MED CORONAVIRUS?

Ny coronavirus - den korrekte betegnelse er SARS-CoV-2 - er et luftvejsvirus, der smitter på følgende måder:

- Via dråber og aerosoler
- Via kontakt

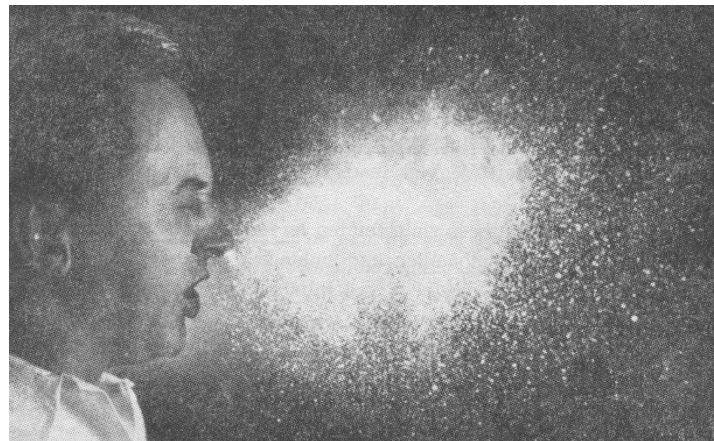
Tilhører coronavirus-familien, som primært giver anledning til forkølelse, men 2 andre virus i denne familie forårsager alvorlig lungebetændelse:

- SARS (et stort udbrud i 2003)
- MERS (udbrud på Den Arabiske Halvø siden 2013)



Hvad er forskellen?

- Dråber findes i forskellige størrelser, men de fleste er store og falder hurtigt til jorden – rækkevidde ca. 1 m eller en armslængde
- Aerosoler er en blanding af dråber i mange forskellige størrelser, og de små dråber kan holde sig svævende i lang tid i luften (længere tid i stillestående luft), inden de falder til jorden – rækkevidde ca. 2 m eller længere
- Tale, host og nys er en blanding af dråber af forskellig størrelse
- Aerosoldannelse med fortrinsvis små dråber sker ved større kraftanstrengelse som ved sang, høj tale og råben



ER DER TALE OM LUFTBÅREN SMITTE?

- ❖ Ny coronavirus kan smitte gennem dråber/aerosoler i luften, men det er ikke luftbåren smitte
- ❖ Luftbåren smitte ses ved virusinfektionerne mæslinger og skoldkopper
- ❖ Det er smitte via dråbekerner (indtørrede dråber), som er meget små og kan holde sig svævende i meget lang tid i luften og spredes over længere afstande end 1-2 m
- ❖ En COVID-19 smittet person smitter typisk 2-3 andre personer, hvis der ikke holdes afstand
- ❖ En person med mæslinger eller skoldkopper smitter typisk 18-20 personer i samme rum (her hjælper det ikke at holde afstand)

- Direkte kontaktsmitte forudsætter en fysisk direkte slimhindekontakt mellem den smittede person og den modtagelige person
- Indirekte kontaktsmitte sker, når coronavirus overføres via et mellemed, fx hænder eller kontaktpunkter (dørhåndtag, vandhane, toiletskylleknop, nodelativ mm.)



Hvorfor smitte med ny coronavirus – hvad ved vi om smitterisici?

- ❖ Mange mennesker tæt sammen i små lokaler i lang tid
- ❖ Socialt samvær i pauser
- ❖ Deling af nodestativer og evt. musikinstrumenter
- ❖ Mange fælles berøringspunkter
- ❖ Dans og skuespil: tæt kontakt mellem udøverne (fysisk anstrengelse)
- ❖ Sang: i et kor står man tæt sammen – også i pauser – op til 70-80% smittede er beskrevet i flere studier
- ❖ Nytter det at holde afstand?
 - En nyligt publiceret metaanalyse i Lancet kunne vise, at fysisk afstand på > 1 m er forbundet med en ca. 5 gange reduktion af smitterisiko
 - Samme analyse viste, at for hver meter afstanden blev øget, blev risikoen for smitte med ny coronavirus halveret

- ❖ Inkubationstiden - dvs. den tid, der går fra man er blevet smittet, til man får symptomer - er 1-14 dage, i gennemsnit 5-6 dage
- ❖ En smittet person begynder at udskille virus et par dage op til udvikling af symptomer – præsymptomatiske personer kan smitte andre
- ❖ En del personer får ingen symptomer, selv om de er smittet – de er asymptomatiske, men kan alligevel smitte andre
- ❖ Selv om smitte kan ske fra både præ- og asymptomatiske personer, så er smitterisikoen formentlig størst fra personer, der udvikler symptomer
- ❖ Symptomer omfatter alt fra lette symptomer i luftvejene til alvorlig lungebetændelse. Tidlige symptomer er feber, tør hoste og træthed. Der kan også være hovedpine, muskelsmerter, ondt i halsen, kvalme, tab af smags- og lugtesans

- ❖ Høj alder (> 80 år)
- ❖ Overvægt
- ❖ Personer med en lang række sygdomme eller behandlinger, der medfører en nedsat immunforsvar
- ❖ Personer med svære hjerte- og lungesygdomme
- ❖ Gravide (ud fra et forsigtighedsprincip)



- ❖ Mød ikke op til kor, hvis du er syg – bliv hjemme til du er rask
- ❖ Hvis du er nær kontakt til en smittet person, skal du testes efter Sundhedsstyrelsens retningslinjer
- ❖ Hold afstand – ikke kun når du synger – også i pauser
- ❖ Vær opmærksom på personer, der tilhører en af risikogrupperne
- ❖ Vær opmærksom på fælles berøringspunkter – vask eller sprit hænder hyppigt
- ❖ Hold flere pauser undervejs med udluftning af lokalet (aerosoler spredes mere i stillestående luft)
- ❖ Store kor, der mødes ofte – evt. testning for COVID-19 med faste intervaller (som fx inden for sportens verden)
- ❖ Rengøring af øvelokaler og fælles instrumenter, nodestativer mm. efter hver brug

❖ Håndvask

- Vand og sæbe i min. 15 sekunder
- Våde og synligt snavsede hænder

❖ Hånddesinfektion

- Alkohol 70-85 v/v % tilsat glycerol i 30 sekunder
- Tørre og synligt rene hænder



© Statens Serum Institut

