

# Husstandskontakt og øvrig kontakt

Sådan forholder du dig, hvis du er husstandskontakt eller øvrig kontakt smittet med Covid-19.

[https://www.sst.dk/da/corona/Hvis-du-har-symptomer\\_-er-syg-eller-smittet/Naere-kontakter](https://www.sst.dk/da/corona/Hvis-du-har-symptomer_-er-syg-eller-smittet/Naere-kontakter)

[Opsporing og håndtering af kontakter til personer med covid-19 \(sst.dk\)](#)

# Du er husstandskontakt\*, hvis du opfylder mindst et af disse kriterier:

1 

Du er kæreste med en smittet.

2 

Du bor sammen med en smittet.

3 

Du har overnattet ved eller har overnattet hos dig og som er smittet.

**- Og samtidig har været tæt på den smittede person i nedenstående periode.**

**Smitteperiode for personer med symptomer og positivt testsvar er:**

Fra 48 timer før symptomer starter til 48 timer efter symptomer er væk.

**Smitteperiode for personer uden symptomer og positivt testsvar er:**

Fra 48 timer før personen fik foretaget en test til og med 7 dage efter testen.

\*Sundhedsstyrelsen bruger nu betegnelserne 'husstandskontakt' og 'øvrige kontakt'

# Du bør gøre dette, hvis du er husstandskontakt



## Du ikke er vaccineret / har fået de to første stik

Gå straks i selvisolation.  
Bliv testet med PCR-test på 4. og 6. dagen.



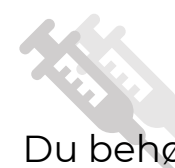
Du må ophæve selvisolationen, når du har et negativt svar på din PCR-test på 4. dagen.



## Du har haft Corona indenfor de seneste 12 uger

Du behøver ikke at gå i selvisolation eller blive testet med mindre, du får symptomer.

Får du symptomer, gå straks i selvisolation.



## Du har fået 3. stik

Du behøver ikke at gå i selvisolation  
Bliv testet med PCR-test på 4. og 6. dagen – og gerne en lyntest inden 4. dagen.

Får du symptomer, gå straks i selvisolation.

## Hvis du ikke kan holde afstand til den smittede fx dine børn (gælder alle)

1. Gå i selvisolation.
2. Bliv testet hurtigst muligt med en lyntest.
3. Bliv testet med en PCR-test **48 timer** efter, den smittede ikke længere har symptomer *eller* **7 dage** efter, den smittede fik taget en positiv test, hvis den smittede ikke har symptomer

Du må ophæve selvisolationen efter svar på den sidste test.

# Sådan bestiller du tid, hvis du er husstandskontakt

1

Du skal have oplyst et rekvisitionsnummer af den person, der er smittet. Nummeret kan den smittede finde på [sundhed.dk](https://sundhed.dk).

Den smittede skal også fortælle dig, hvilken dato vedkommende blev testet.

2

Book tid til PCR-test på [coronaprover.dk](https://coronaprover.dk), når du har klaret pkt. 1.



## Husk

PCR-test på 4. dagen

Lyntest på 6. dagen

På [coronasmitte.dk](https://coronasmitte.dk) kan du se, hvor du kan få en hurtig test.



## Du er øvrig kontakt hvis...

Du er 'øvrig kontakt', hvis en person i din omgangskreds eller en person du dagligt eller ofte er sammen med, er blevet smittet.

Dette kan fx være:

- Klassekammerater i din stamklasse
- Personer du har haft undervisning med og siddet ved siden af
- Kolleger, du har stået eller siddet ved siden af på arbejdet
- Personer du har været til møde med
- Personer du har spist frokost eller middag med
- Gæster i dit hjem fx venner eller familie
- Kulturelle begivenheder, hvor I har siddet tæt
- Hvis du har deltaget i en begivenhed med en eller flere smittede
- Personer du har kørt i bil med

# Du bør gøre dette, hvis du er øvrig kontakt



## **Tag en hurtig test eller en selvtest**

Bliv testet hurtigst muligt med en lyntest eller en selvtest og gentag på 4. dagen, efter du sidst havde kontakt med den smittede.

## **Fortsæt dagligdagen**

Hvis du ikke har symptomer, må du gerne gå på arbejde, til undervisning osv.

## **Vær OBS på symptomer**

Husk generelt at holde afstand og sørg for en god håndhygiejne.

**OBS:** Sundhedsstyrelsen anbefaler, at du bliver testet som 'øvrig kontakt', selvom du er blevet vaccineret med 2. eller 3. stik, eller hvis du tidligere har været smittet. Er det under 12 uger siden, du blev testet positiv, behøver du ikke blive testet. Det skyldes, at du stadig kan teste positiv i denne periode, selvom du er rask og ikke længere smitter.



# Hvis du får symptomer



Gå i selvisolation



Få foretaget en PCR-test hurtigst muligt. Tag gerne en selvtest, mens du venter på at få en tid til PCR-test.



Vær ekstra opmærksom på hygiejne dvs. håndvask, afstand, sprit osv.

**Gælder også for dig, der har 2. og 3. stik eller tidligere har været smittet.**

# Bliv hjemme ved disse symptomer

1. Feber (over 38°)
2. Tør hoste
3. Ondt i halsen
4. Tab og smags- og lugtesans
5. Træthed
6. Muskelsmerter
7. Vejrtrækningsbesvær
8. Løbende eller tilstoppet næse i sammenhæng med nogle af de øvrige symptomer.

