

REGLUGERÐ

um sóttkví og einangrun og sýnatöku við landamæri Íslands vegna COVID-19.

1. gr.

Gildissvið og markmið.

Reglugerð þessi gildir um alla þá einstaklinga sem sóttvarnalæknir skyldar í sóttkví eða einangrun á grundvelli sóttvarnalaga nr. 19/1997, með síðari breytingum, hvort sem það er gert með almennri ákvörðun eða ákvörðun sem beint er sérstaklega að viðkomandi. Reglugerð þessi gildir jafnframt um sýnatöku við landamæri Íslands vegna COVID-19.

Sóttkví og einangrun eru opinberar sóttvarnaráðstafanir sem beitt er til að draga úr útbreiðslu farsóttá, hvort sem er til eða frá Íslandi, innanlands eða til að varna útbreiðslu smits frá einstaklingum.

Með reglugerð þessari er kveðið á um afkvíun landsins alls, sóttkví og einangrun einstaklinga, þ.m.t. í sóttvarnahúsi, og sóttvarnaráðstafanir vegna hættu á að farsótt berist til Íslands, eins og nánar er útfært í reglugerðinni skv. 12., 13. og 14. gr. sóttvarnalaga nr. 19/1997, með síðari breytingum, í samræmi við tillögu sóttvarnalæknis til heilbrigðisráðherra.

2. gr.

Skilgreiningar.

Einangrun: Aðskilnaður einstaklinga sem eru smitaðir eða bera með sér sýkingar, og skapa því hættu fyrir lýðheilsu, frá öðrum á þann hátt sem kemur í veg fyrir útbreiðslu sýkingar. Einangrun er beitt þegar einstaklingur er með smitandi sjúkdóm.

Ferðamaður: Einstaklingur á ferð milli landa. Hugtakið nær þannig til allra einstaklinga sem eru á ferð milli landa, hvort sem þeir eru íslenskir ríkisborgarar eða ekki.

Ferðamenn með tengsl við Ísland: Íslenskir ríkisborgarar, einstaklingar búsettir á Íslandi, með dvalar- eða atvinnuleyfi á Íslandi, þ. á m. umsækjendur um slíkt leyfi og aðstandendur þeirra. Einnig einstaklingar með langtímavegabréfsáritun á Íslandi, umsækjendur um alþjóðlega vernd og einstaklingar sem koma til landsins vegna vinnu eða náms sem mun standa lengur en sjö daga og aðstandendur þeirra.

Sóttkví: Takmörkun á athafnafrelsi og/eða aðskilnaður einstaklinga sem grunur leikur á að hafi verið útsettir fyrir smiti, en eru ekki veikir, frá öðrum á þann hátt sem kemur í veg fyrir hugsanlega útbreiðslu sýkingar. Hugtakið sóttkví nær m.a. til sóttkvíar í sóttvarnahúsi, heimasóttkvíar og vinnu-sóttkvíar.

Sóttvarnahús: Staður þar sem einstaklingur, sem ekki á samastað á Íslandi eða getur af öðrum sökum ekki eða vill ekki einangra sig í húsnæði á eigin vegum, getur verið í sóttkví eða einangrun vegna gruns um að hann sé smitaður af farsótt eða ef staðfest er að svo sé.

3. gr.

Skylda til að fara í sóttkví.

Allir þeir sem hafa umgengist einstaklinga með COVID-19 skulu fara í sóttkví í 14 daga frá því að þeir umgengust síðast smitaðan einstakling. Sóttvarnalæknir, eða þeir sem hann hefur falið að sinna því verkefni, getur gefið fyrirmæli um að einstaklingur fari í sóttkví ef möguleiki er á því að viðkomandi hafi smitast af COVID-19 og er einstaklingi skylt að hlýða þeim fyrirmælum. Leiði smitrakning í ljós að útsetning einstaklings fyrir COVID-19 veirunni hafi verið minni háttar, er einstaklingi heimilt að viðhafa smitgát, sbr. leiðbeiningar sóttvarnalæknis um sóttkví til að draga úr útbreiðslu COVID-19 fyrir vinnustaði eða leikskóla, skóla, frístund og félagsmiðstöðvar, í stað sóttkvíar. Einstaklingi sem viðhefur smitgát er skylt að fara í tvö hraðpróf til greiningar á COVID-19 veirunni, hið fyrra á fyrsta degi smitgátar og hið seinna á fjórða degi. Sé niðurstaða seinna hraðprófsins neikvæð er einstaklingi hvorki skylt að sæta sóttkví né viðhafa smitgát. Um jákvæða niðurstöðu prófs fer eftir 10. gr.

Ferðamanni er skylt að sæta sóttkví eins og nánar er mælt fyrir um í 4. og 5. gr.

Þeir sem skylt er að fara í sóttkví samkvæmt 1. og 2. mgr. skulu fara í heimasóttkví, sbr. 7. gr. eða eftir atvikum dvelja í sóttkví í sóttvarnahúsi, sbr. 5. gr., samkvæmt nánari ákvörðun sóttvarnalæknis. Um vinnusóttkví gildir 8. gr.

Neiti einstaklingur að fara í sóttkví eða viðhafa smitgát samkvæmt reglugerð þessari er sóttvarnalækni heimilt að leita aðstoðar lögregluþingvalda vegna aðgerða til að varna smiti í samræmi við 14. gr. sóttvarnalaga, nr. 19/1997, með síðari breytingum. Í þeim tilgangi er lögreglu enn fremur heimilt að kanna hvort einstaklingur er á þeim stað sem hann sætir sóttkví í samræmi við ákvæði 7. gr. Áður en gripið er til þvingunaraðgerða skal ætíð reynt að leysa mál með öðrum hætti.

Takist ekki samstarf við einstakling, sem gert er að sæta sóttkví eða viðhafa smitgát samkvæmt reglugerð þessari eða tilkynningu frá sóttvarnalækni, skal sóttvarnalæknir taka formlega ákvörðun í málinu í samræmi við 14. gr. sóttvarnalaga, nr. 19/1997, með síðari breytingum.

4. gr.

Sýnataka við landamæri Íslands.

Ferðamönnum sem koma til Íslands og dvalið hafa í meira en sólarhring á síðastliðnum 14 dögum í löndum sem skilgreind eru af sóttvarnalækni sem áhættusvæði er skylt að framvísa vottorði á landamærastöð og við byrðingu sem sýnir fram á neikvætt PCR-próf sem ekki er eldra en 72 klst. við byrðingu. Þeim er jafnframt skylt að fara í sýnatöku í Flugstöð Leifs Eiríkssonar eða á öðrum landamærastöðvum sem sóttvarnalæknir ákveður til greiningar á SARS-CoV-2 veirunni og síðan í sóttkví þangað til niðurstöður liggja fyrir úr seinni sýnatöku sem skylt er að undirgangast og framkvæma skal 5 dögum eftir komu til landsins. Íslenskum ríkisborgurum verður þó ekki meinað að koma til landsins. Sóttvarnalæknir skal reglulega endurmeta hvaða lönd og svæði teljast áhættusvæði, svo sem með hliðsjón af skilgreiningu alþjóðastofnana. Börnum fæddum 2005 eða síðar, sem ferðast með forráðamanni eða öðrum eldri einstaklingum, er hvorki skylt að framvísa PCR-vottorði né fara í sýnatöku en er skylt að vera í sóttkví þangað til niðurstöður liggja fyrir úr seinni sýnatöku þess sem þau ferðast með. Börnum fæddum 2005 og síðar sem ferðast einsömul er ekki skylt að framvísa PCR-vottorði, sæta sýnatöku eða fara í sóttkví, sbr. þó 2. mgr. 6. gr.

Ef sýni úr seinni sýnatöku reynist neikvætt er ferðamanni ekki lengur skylt að sæta sóttkví. Um jákvæð sýni fer eftir 5. eða 11. gr., eftir því sem við á. Í vottorði samkvæmt 1. mgr. skal koma fram dagsetning sýnatöku, nafn og símanúmer rannsóknarstofu og nafn og fæðingardagur þess sem sýni var tekið frá. Niðurstöður rannsóknar skal forskrá rafrænt ásamt öðrum upplýsingum fyrir brottför. Sóttvarnalækni er að öðru leyti heimilt að gefa út nánari leiðbeiningar um vottorð.

Fyrir komuna til Íslands er ferðamanni skylt að forskrá sig með því að fylla út rafrænt eyðublað þar sem meðal annars koma fram samskiptaupplýsingar, upplýsingar um hvar viðkomandi hefur dvalið, hvar hann hyggst dvelja í sóttkví á Íslandi, brottfarardagur frá Íslandi ef við á og upplýsingar um heilsufar. Þeim sem flytja farþega til Íslands er skylt að vekja athygli viðkomandi á skyldu til forskráningar með hæfilegum fyrirvara.

Sýnataka sem fer fram samkvæmt þessu ákvæði er skipulögð af sóttvarnalækni og er hún ferðamanni að kostnaðarlausu.

Lífsýni sem tekin eru samkvæmt þessu ákvæði skulu einungis rannsökuð m.t.t. SARS-CoV-2 veirunnar. Lífsýnum skal eytt að lokinni greiningu.

Þeir sem koma á landamærastöð utan þess tíma sólarhrings sem unnt er að taka sýni og ekki eru í áætlunarferð geta óskað eftir sýnatöku með útkalli. Þeim sem sinnir slíku útkalli er heimilt að taka gjald sem nemur 60.000 kr. fyrir útkallið. Gjaldið myndar ekki afsláttarstofn skv. 4. gr. reglugerðar um greiðsluþátttöku sjúkratryggðra í kostnaði vegna heilbrigðisþjónustu, sbr. jafnframt 29. gr. laga nr. 112/2008.

Tengifarþegum sem fara ekki út fyrir viðkomandi landamærastöð er ekki skylt að fara í sýnatöku samkvæmt þessu ákvæði. Tengifarþegum sem fara út fyrir landamærastöð en dvelja innan við 48 tíma á Íslandi er heimilt að fara í sóttkví, eftir atvikum samkvæmt 5. gr., í stað sýnatöku samkvæmt ákvæði þessu.

Neiti ferðamaður að fara í sóttkví eða sýnatöku samkvæmt reglugerð þessari er sóttvarnalækni heimilt að leita aðstoðar lögregluþingvalda vegna aðgerða til að varna smiti, s.s. sýnatöku, einangrun eða sóttkví í samræmi við 14. gr. sóttvarnalaga, nr. 19/1997. Í þeim tilgangi er lögreglu enn fremur

heimilt að kanna hvort ferðamaður er á þeim stað sem hann sætir sóttkví. Áður en gripið er til þvingunaraðgerða skal ætíð reynt að leysa mál með öðrum hætti.

5. gr.

Sóttvarnahús.

Einstaklingur, hvort sem hann er ferðamaður eða ekki, sem gert er að sæta einangrun og á ekki samastað á Íslandi eða getur af öðrum sökum ekki eða vill ekki einangra sig í húsnæði á eigin vegum, sem uppfyllir skilyrði 7. og 10. gr. og leiðbeiningar sóttvarnalæknis, sbr. fylgiskjal 2, skal dvelja í einangrun í sóttvarnahúsi og lúta þeim reglum sem um það gilda í þeim tilgangi að aðskilja sig frá öðrum til að koma í veg fyrir hugsanlega útbreiðslu COVID-19. Hafi ferðamaður við komuna til landsins undir höndum viðurkennt vottorð um ónæmisáðgerð (bólusetningu) vegna COVID-19 eða viðurkennt vottorð sem sýnir fram á að COVID-19 sýking sé afstaðin, sem og vottorð um neikvætt COVID-19 próf, annaðhvort PCR-próf eða mótefnavakapróf (antigen-próf, hraðpróf), sem er ekki eldra en 72 klst. við byrðingu erlendis, er ferðamanni ekki skylt að fara í sýnatöku á landamærastöð og síðan í sóttkví skv. 4. gr. Þá er ferðamanni sem getur framvísað viðurkenndu vottorði um ónæmisáðgerð vegna COVID-19 eða viðurkenndu vottorði sem sýnir fram á að COVID-19 sýking sé afstaðin, en ekki vottorði um neikvætt COVID-19 próf, annaðhvort PCR-próf eða mótefnavakapróf, sem er ekki eldra en 72 klst. við byrðingu erlendis, skylt að gangast undir eina PCR-sýnatöku á landamærastöð og sóttkví þar til neikvæð niðurstaða liggur fyrir úr sýnatökunni. Um jákvæð próf fer eftir 10. gr.

Þeim sem greinast í sýnatöku skv. 4. gr. með afbrigði SARS-CoV-2 veirunnar sem eru meira smitandi en önnur afbrigði og/eða valda alvarlegri sjúkdómi er skylt að dvelja í sóttvarnahúsi.

Sóttvarnalæknir getur í undantekningartilvikum ákveðið að einstaklingur sem sætir sóttkví skv. 3. gr. skuli dveljast í sóttvarnahúsi, svo sem ef viðkomandi hefur engin tók á því að einangra sig í húsnæði á eigin vegum eða verða sér úti um annan samastað í þeim tilgangi, sbr. fylgiskjöl 1 og 3, eða sýnt þykir að hann muni ekki hlíta reglum um sóttkví.

Akvörðun um dvöl í sóttvarnahúsi og synjun um undanþágu er ekki kæránleg til ráðherra, sbr. 11. mgr. 14. gr. sóttvarnalaga. Synji sóttvarnalæknir beiðni um undanþágu skal taka fram í synjuninni að viðkomandi geti óskað þess að ákvörðunin verði borin undir dóm, sbr. 15. gr. sóttvarnalaga. Um málsmeðferð fer að öðru leyti eftir 14. og 15. gr. sóttvarnalaga, nr. 19/1997, með síðari breytingum.

Einangrun eða sóttkví í sóttvarnahúsi felst í eftirfarandi:

- a. Einstaklingur, þ.m.t. ferðamaður, skal ekki fara út úr sóttvarnahúsi nema brýna nauðsyn beri til, svo sem til að sækja nauðsynlega heilbrigðisþjónustu. Þó er einstaklingi heimilt að stunda útiveru í samræmi við leiðbeiningar sóttvarnalæknis en þarf að halda sig í a.m.k. 2 metra fjarlægð frá öðrum. Fullorðnum skal að lágmarki boðin útivera einu sinni yfir daginn í tvo daga af þeim fimm sem þeir sæta sóttkví í sóttvarnahúsi. Miða skal við að útivera sé ekki lengri en klukkustund. Þurfi þeir að dvelja lengur skal bjóða útiveru á hverjum degi frá sjötta degi. Óska skal leyfis til útiveru til rekstraraðila sóttvarnahúss sem annast skipulag útiveru fyrir alla þá sem dveljast í sóttvarnahúsi.
- b. Einstaklingur, þ.m.t. ferðamaður, má ekki taka á móti gestum í sóttvarnahúsi.
- c. Einstaklingur, þ.m.t. ferðamaður, má ekki dvelja í sameiginlegum rýmum sóttvarnahúss, svo sem stigagöngum eða sameiginlegum útisvæðum.
- d. Sérstakt tillit skal tekið til barna sem dvelja í sóttvarnahúsi, svo sem vegna útiveru og aðbúnaðar. Þrátt fyrir a-lið skal bjóða börnum og þeim sem dveljast með þeim útiveru daglega.

Dvöl í sóttvarnahúsi er gjaldfrjáls.

6. gr.

Vottorð o.fl.

Hafi ferðamaður við komuna til landsins undir höndum viðurkennt vottorð um ónæmisáðgerð (bólusetningu) vegna COVID-19 eða viðurkennt vottorð sem sýnir fram á að COVID-19 sýking sé afstaðin, sem og vottorð um neikvætt COVID-19 próf, annaðhvort PCR-próf eða mótefnavakapróf (antigen-próf, hraðpróf), sem er ekki eldra en 72 klst. við byrðingu erlendis, er ferðamanni ekki skylt að fara í sýnatöku á landamærastöð og síðan í sóttkví skv. 4. gr. Þá er ferðamanni sem getur framvísað viðurkenndu vottorði um ónæmisáðgerð vegna COVID-19 eða viðurkenndu vottorði sem sýnir fram

á að COVID-19 sýking sé afstaðin, en ekki vottorði um neikvætt COVID-19 próf, annaðhvort PCR-próf eða mótefnavakapróf, sem er ekki eldra en 72 klst. við byrðingu erlendis, skylt að gangast undir eina PCR-sýnatöku á landamærastöð og sóttkví þar til neikvæð niðurstaða liggur fyrir úr sýnatökunni. Um jákvæð próf fer eftir 10. gr.

Ferðamaður sem hefur undir höndum viðurkennt vottorð sem staðfestir jákvæða niðurstöðu úr PCR-prófi eldra en 14 daga gömlu, sbr. c-lið 3. mgr., er undanþeginn skyldu til að framvísa vottorði um neikvæða niðurstöðu PCR-prófs eða hraðprófs, ef 180 dagar eða færri eru liðnir frá COVID-19 sýkingu. Jafnframt er sá ferðamaður undanþeginn skyldu um að gangast undir annaðhvort hraðpróf eða PCR-próf til greiningar á COVID-19 veirunni, skv. 3. mgr.

Þrátt fyrir 1. mgr. skal ferðamaður með tengsl við Ísland, sem framvísar vottorði um bólusetningu gegn COVID-19 eða um að COVID-19 sýking sé afstaðin, gangast undir annaðhvort hraðpróf eða PCR-próf til greiningar á COVID-19 veirunni á næstu tveimur dögum frá komu til landsins. Þetta á jafnframt við um börn fædd 2015 og fyrr með tengsl við Ísland, hvort sem þau ferðast einsömul eða með öðrum, enda sæti þau ekki sóttkví skv. 4. gr.

Viðurkennd vottorð eru eftirfarandi:

- a. alþjóðabólusetningarskírteinið gefið út í samræmi við alþjóðaheilbrigðisreglugerð Alþjóðaheilbrigðismálastofnunarinnar.
- b. bólusetningarvottorð sem staðfestir bólusetningu með bóluefni sem Lyfjastofnun Evrópu hefur mælt til að fá markaðsleyfi eða Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin hefur viðurkennt og sem uppfyllir leiðbeiningar sóttvarnalæknis um vottorð, svo sem um mat á vottorðum við landamæri og efni og form vottorða, t.a.m. um tungumál og hvaða upplýsingar vottorð skal innihalda, svo sem nafn, fæðingardag, hvar og hvenær bólusetning fór fram, framleiðandi bóluefnis og upplýsingar um aðila ábyrgan fyrir útgáfu vottorðs.
- c. vottorð sem staðfestir jákvæða niðurstöður úr PCR-prófi sem er eldra en 14 daga gamalt, eða
- d. vottorð sem staðfestir mótefni með mótefnaprófi sem framkvæmt er með ELISA-aðferð eða sambærilegri aðferð samkvæmt nánari ákvörðun sóttvarnalæknis.

Bólusetningarvottorð telst viðurkennt ef 14 dagar hafa liðið frá seinni bólusetningu eða 14 dagar hafa liðið frá bólusetningu ef eingöngu er framkvæmd ein bólusetning samkvæmt markaðsleyfi bóluefnisins. Ef styttri tími hefur liðið frá því að bólusetning var framkvæmd er einstaklingi sem framvísar vottorði skylt að gangast undir eina sýnatöku og fara að reglum sem gilda um heimasóttkví þar til neikvæð niðurstaða liggur fyrir úr sýnatöku. Um jákvæði sýni fer eftir 5. eða 10. gr.

Sóttvarnalækni er heimilt að gefa út nánari leiðbeiningar um vottorð svo sem um mat á vottorðum við landamæri og efni og form vottorða, t.a.m. um tungumál og hvaða upplýsingar vottorð skal innihalda, svo sem nafn, fæðingardag, hvar og hvenær sýnataka fór fram, heiti rannsóknarstofu/útgefanda vottorðs, dagsetningu vottorðs, upplýsingar um aðila ábyrgan fyrir útgáfu vottorðs, tegund prófs og niðurstöðu rannsóknar.

Ef minnsti vafi leikur á um trúverðugleika vottorðs eða vottorð telst ógilt samkvæmt nánari leiðbeiningum sóttvarnalæknis er ferðamanni skylt að fara í sýnatöku og sóttkví skv. 4. gr.

Þeir sem sýna fram á, með hæfilegum fyrirvara, að sýnataka sé ekki framkvæmanleg vegna læknisfræðilegra ástæðna eru undanþegnir sýnatöku skv. 4. gr. og framvísun neikvæðs PCR-prófs samkvæmt sama ákvæði. Þess í stað skulu þeir sæta 14 daga sóttkví frá komu til landsins, eftir atvikum í sóttvarnahúsi, sbr. 5. gr.

Stafrænt evrópskt vottorð sem gefið er út á grundvelli reglugerðar um slík vottorð er viðurkennt vottorð í samræmi við 1. mgr.

Sýnataka samkvæmt þessu ákvæði er gjaldfrjál.

Sóttvarnalækni er heimilt að leyfa rafræna skoðun og staðfestingu á gildi vottorða fyrir brottför, svo sem í samráði við flugrekendur.

7. gr.

Skyldur einstaklinga sem eru í heimasóttkví.

Þeim sem gert hefur verið að sæta sóttkví samkvæmt reglugerð þessari er skylt að halda sig heima við eða á þeim stað þar sem þeir eru í sóttkví, sbr. leiðbeiningar sóttvarnalæknis í fylgiskjali 1.

Einstaklingur í heimasóttkví skal aðskilja sig frá öðrum utan dvalarstaðar. Einstaklingar sem dveljast með einstakling í heimasóttkví skulu viðhafa smitgát, sbr. 1. mgr. 3. gr.

Í sóttkví felst eftirfarandi:

- a. Einstaklingur má ekki fara út af heimili nema brýna nauðsyn beri til, svo sem til að sækja nauðsynlega heilbrigðisþjónustu. Einstaklingur má þó fara í gönguferðir en þarf að halda sig í a.m.k. 2 metra fjarlægð frá öðrum vegfarendum.
- b. Einstaklingur má ekki taka á móti gestum á heimili sínu eða á þeim stað þar sem hann er í sóttkví meðan sóttkví stendur yfir.
- c. Einstaklingur má ekki nota almenningsamgöngur en honum er heimilt að nota leigubíl.
- d. Einstaklingur má ekki fara til vinnu eða skóla þar sem aðrir eru.
- e. Einstaklingur má hvorki fara á mannámót né staði þar sem margir koma saman, þ.m.t. verslanir eða lyfjabúðir.
- f. Einstaklingur má ekki dvelja í sameiginlegum rýmum fjölbýlishúsa, hótela og öðrum samþætilegum rýmum, svo sem stigagöngum, þvottahúsum eða sameiginlegum gördum/útivistarsvæðum, nema á leið inn og út.

Dvalarstaður í heimasóttkví skal að öðru leyti uppfylla skilyrði sem fram koma í leiðbeiningum sóttvarnalæknis um húsnæði í sóttkví, sbr. fylgiskjal 3.

Þeim sem sæta sóttkví skv. 3. gr. býðst að fara í sýnatöku til greiningar á SARS-CoV-2 veirunni eftir sjö daga í sóttkví. Ef sýni reynist neikvætt er einstaklingi ekki lengur skylt að sæta sóttkví. Um jákvæð sýni fer eftir 10. gr. Sóttvarnalæknir skipuleggur sýnatöku samkvæmt þessari málsgrein og er hún einstaklingi að kostnaðarlausu.

Sóttvarnalæknir gefur út nánari leiðbeiningar fyrir almenning um sóttkví, sbr. fylgiskjal 1. Einnig getur hann mælt sérstaklega fyrir um hvernig sóttkví skuli háttáð í einstaka tilfellum, telji hann tilefni til.

Sóttvarnalæknir fer með eftirlit samkvæmt reglugerð þessari og í samræmi við sóttvarnalög nr. 19/1997, með síðari breytingum, þ.m.t. eftirlit með að einstaklingur, meðal annars ferðamaður, haldi sóttkví eða einangrun og að húsnæði uppfylli skilyrði reglugerðar þessarar. Sóttvarnalæknir getur óskað eftir að almannavarnadeild ríkislögreglustjóra annist tiltekna þætti við skipulagningu eftirlits samkvæmt heimildum í lögum um almannavarnir, nr. 82/2008, öðrum en þeim er lýtur að stjórnvaldsákvörðunum sóttvarnalæknis eða mati á því hvort skilyrði sóttvarnalaga og reglugerðar þessarar um einangrun og sóttkví séu uppfyllt.

Umfang eftirlits sóttvarnalæknis um hvort einangrun og sóttkví sé viðhaldið skal taka mið af sóttvarnalögum nr. 19/1997, með síðari breytingum, og meðalhófsreglu stjórnsýslulaga, nr. 37/1993. Sóttvarnalækni er heimilt að fela öðrum eftirlitshlutverk sitt, svo sem með verktöku. Eftirlit með einstaklingum, þ.m.t. ferðamönnum, sem sæta sóttkví og einangrun skal að jafnaði fara fram með samtali og eftir atvikum með því að fara á vettvang þar sem sóttkví eða einangrun fer fram í því skyni að tryggja að sá sem sóttkví sætir aðskilji sig með fullnægjandi hætti frá öðrum. Með samþykki þess sem er í sóttkví eða einangrun er eftirlitsaðila heimilt að kynna sér aðstæður þess sem sætir sóttkví eða einangrun, m.a. húsnæði. Vakni grunur um brot skal lögreglu gert viðvart.

Ef sóttvarnalæknir telur að framkomnar upplýsingar eða gögn sem einstaklingur leggur fram vegna eftirlits með sóttkví eða einangrun bendi til þess að skilyrði sóttkvíar eða einangrunar séu ekki uppfyllt, eða ef viðkomandi neitar að veita fullnægjandi upplýsingar þar um, er sóttvarnalækni heimilt að taka ákvörðun um að einstaklingur, þ.m.t. ferðamaður, sæti sóttkví eða einangrun í sóttvarnahúsi.

8. gr.

Vinnusóttkví.

Sóttvarnalæknir getur heimilað ferðamönnum, einum eða fleiri saman, sem skylt er að fara í sýnatöku og sóttkví og eru komnir hingað til lands til starfa eða til að sinna nauðsynlegum vinnutengdum verkefnum að fara í vinnusóttkví í stað sóttkvíar, þ.m.t. sóttkví í sóttvarnahúsi. Með vinnusóttkví er átt við að viðkomandi geti farið til og frá vinnustað á meðan sóttkví stendur. Afgreiðslufrestur á umsókn um vinnusóttkví getur verið allt að 10 dagar.

Skilyrði fyrir vinnusóttkví eru að:

- a. Viðkomandi umgangist ekki aðra en heimilisfólk eða þá sem eru með þeim í vinnusóttkví.

- b. Viðkomandi dveljist einungis á gististað og vinnustað meðan á sóttkví stendur.
- c. Viðkomandi fylgi ákvæði 7. gr. eftir því sem við á sem og leiðbeiningum um sóttvarnaráðstafanir sem gefnar eru út af sóttvarnalækni vegna vinnusóttkvíar.
- d. Sótt sé um heimild fyrir vinnusóttkví til sóttvarnalæknis.
- e. Ekki séu fleiri saman í vinnusóttkví en tilgreint er í ákvæði um almenna fjöldatakmörkun í reglugerð um takmörkun á samkomum vegna farsóttar, nema á grundvelli undanþágu frá heilbrigðisráðherra.

Heimild frá sóttvarnalækni samkvæmt þessu ákvæði veitir ekki undanþágu frá reglum heilbrigðisráðherra um takmarkanir á samkomum eða reglugerð dómsmálaráðherra um för yfir landamæri.

9. gr.

Undanþágur.

Sóttvarnalæknir getur veitt undanþágu frá sóttkví að öllu leyti eða hluta til vegna mjög sérstakra aðstæðna enda sé tryggt að það komi ekki niður á smitvörnum.

Sóttvarnalæknir getur veitt undanþágu frá einstaka skilyrðum vinnusóttkvíar og aðlagð skilyrði að viðkomandi starfsemi ef tryggt er að það komi ekki niður á smitvörnum.

Sóttvarnalæknir getur veitt undanþágu frá sóttkví skv. 3. gr. vegna samfélagslega ómissandi innviða sem mega ekki stöðvast, svo sem á sviði raforku, fjarskipta, samgangna, sorphirðu, heilbrigðisstarfsemi, löggæslu, sjúkraflutninga eða slökkviliða. Hið sama á við vegna kerfislega og efnahagslega mikilvægrar starfsemi, svo sem til að tryggja fæðuöryggi, dreifingu nauðsynjavara eða efnahagslegt öryggi ríkisins með útflutningi.

Sóttvarnalækni er heimilt að veita undanþágu frá sóttkví skv. 3. gr. ef staðfest er að einstaklingur hafi sýkst af SARS-CoV-2 veirunni.

Sóttvarnalækni er heimilt að veita undanþágu frá sýnatöku og/eða framvísun vottorðs um neikvætt PCR-próf skv. 4. gr. til einstaklinga sem fylgja leiðbeiningum sóttvarnalæknis um vinnuferðir erlendis. Slíka undanþágu er einungis heimilt að veita starfsfólki í heilbrigðisþjónustu, starfsfólki sem sinnir flutningum á vöru og þjónustu og starfsfólki lögreglu vegna nauðsynlegra ferða starfs síns vegna.

Í samráði við ráðherra sem fer með utanríkismál er sóttvarnalækni heimilt, vegna brýnna erindagjörða, að ákveða sérstakt fyrirkomulag um sóttkví, einangrun og sýnatöku fyrir einstaklinga og sendinefndir sem koma til landsins á vegum íslenskra stjórnvalda, starfsmenn sendiskrifstofa og aðra fulltrúa erlendra ríkja, starfsmenn alþjóðastofnana og einstaklinga í boði þeirra sem þurfa að koma til landsins vegna starfsemi þessara stofnana, meðlimi herliðs og starfsmenn sem sinna mannúðaraðstoð og almannavörnum og fjölskyldur allra framangreindra aðila.

Sóttvarnalækni er heimilt að veita undanþágu frá sóttvarnaráðstöfunum í 4. gr., að hluta eða að öllu leyti, svo sem framvísun neikvæðs PCR-prófs, gagnvart flugáhöfnum sem dvelja hér á landi í takmarkaðan tíma, enda sé tryggt að það komi ekki niður á smitvörnum.

Sóttvarnalækni er heimilt að gefa út leiðbeiningar að því er varðar tilhögun á sóttkví þeirra sem fengið hafa bólusetningu gegn COVID-19, svo sem um sóttkví þegar bólusettur einstaklingur er útsettur fyrir COVID-19 og vinnusóttkví.

10. gr.

Sérstakar reglur um einangrun.

Einstaklingur sem er með staðfesta sýkingu af COVID-19 eða ætla má að hann kunni að vera smitaður en þarf ekki á sjúkrahúsdvöl að halda, skal vera í einangrun í heimahúsi eða á stað sem sóttvarnalæknir eða umdæmislæknir sóttvarna á hverjum stað tilgreina, svo sem sóttvarnahúsi, sbr. 5. gr. Í þeim tilvikum sem jákvætt PCR-próf gæti sýnt eldra smit getur einstaklingur gengist undir mótefnamælingu á blóðsýni. Ef mótefni greinist þarf viðkomandi ekki að sæta einangrun.

Einstaklingur í einangrun á að halda sig heima við og hafa bein samskipti við sem fæsta, sbr. meðfylgjandi leiðbeiningar sóttvarnalæknis. Ákvæði 7. gr. á einnig við um þá sem sæta einangrun nema strangari reglur eigi við. Þannig má einstaklingur í einangrun t.a.m. hvorki fara í gönguferðir né nota leigubíla.

Að jafnaði skal einstaklingur sem er smitaður vera einsamall í einangrun. Aðrir heimilismenn geta þó verið í sóttkví á sama stað ef þeir vilja ekki eða geta ekki farið af heimilinu en þeir eiga að takmarka snertingu við þann sem er í einangrun eins og raunhæft er og helst að halda sig í a.m.k. 2 m fjarlægð frá hinum smitaða. Ef fleiri veikjast á heimilinu lengir það tíma sem aðrir heimilismenn þurfa að vera í sóttkví og mögulega einangrun.

Nánari fyrirmæli um einangrun er að finna í leiðbeiningum sem sóttvarnalæknir hefur gefið út fyrir almenning um einangrun, sbr. fylgiskjal 2. Enn fremur getur sóttvarnalæknir mælt sérstaklega fyrir um hvernig einangrun skuli háttað í einstaka tilfellum, telji hann tilefni til.

Læknir má aflétta einangrun vegna COVID-19 þegar 14 dagar eru liðnir frá greiningu og sjúklingur hefur verið einkennalaus í a.m.k. sjö daga. Að öðru leyti fer um afléttingu einangrunar eftir leiðbeiningum sóttvarnalæknis, sbr. fylgiskjal 2.

11. gr.

Viðurlög.

Brot gegn reglugerð þessari varða sektum eða fangelsi skv. 19. gr. sóttvarnalaga nr. 19/1997 eða 175. gr. almennra hegningarlaga nr. 19/1940.

12. gr.

Frávísun.

Lögreglustjóra er heimilt að vísa útlendingi, sem ekki er búsettur hér á landi, úr landi við komu til landsins eða allt að sjö sólarhringum eftir komu ef hann neitar að verða við fyrirmælum um ráðstafanir samkvæmt þessari reglugerð eða í ljós kemur að hann hefur ekki fylgt þeim, s.s. að framvísa vottorði, gangast undir sýnatöku eða halda sóttkví. Ákvörðun um frávísun er kæránleg til kærunefndar útlendingamála, en kæra frestar ekki framkvæmd ákvörðunar. Að öðru leyti fer um málsmeðferð samkvæmt lögum um útlendinga.

13. gr.

Gildistaka.

Reglugerð þessi sem sett er á grundvelli 12., 13., 14. og 18. gr. sóttvarnalaga nr. 19/1997, með síðari breytingum, tekur þegar gildi. Frá sama tíma fellur úr gildi reglugerð nr. 747/2021, um sóttkví og einangrun og sýnatöku við landamæri Íslands vegna COVID-19, með síðari breytingum.

Þrátt fyrir 1. mgr. tekur 2. mgr. 6. gr. gildi þann 30. ágúst 2021.

Reglugerð þessi fellur úr gildi 1. október 2021.

Heilbrigðisráðuneytinu, 23. ágúst 2021.

Svandís Svavarsdóttir.

Asta Valdimarsdóttir.

Fylgiskjal 1.**LEIÐBEININGAR SÓTTVARNALÆKNIS
fyrir almenning varðandi heimasóttkví.**

Þeir sem koma til Íslands eftir að hafa verið á áhættusvæðum erlendis þurfa að fara í sóttkví og skulu skrá sig fyrir komuna til landsins. Einstaklingar sem eru fullbólusettir eða með staðfesta fyrri sýkingu eru undanþegnir sóttkví eftir ferðalag.

Þeir sem hafa verið í nánd við einstakling með COVID-19 geta þurft að sæta sóttkví skv. ákvörðun smitrakningateymis almannavarna og sóttvarnalæknis. Sjá einnig leiðbeiningar fyrir bólusetta.

Orðalagið „heimasóttkví“ er notað í þessu og öðrum skjölum sem varða reglur um sóttkví í húsnæði sem ekki telst til opinberra sóttvarnahúsa, hvort sem um er að ræða heimahús, hótél, eða aðra gistimöguleika sem teljast viðeigandi húsnæði fyrir sóttkví. Þannig er orðið „heima“ og „heimili“ notað um aðstöðu sem notuð er til sóttkvíar, hvort sem einstaklingur er búsettur þar að staðaldri eða ekki.

Orðið „ferðamaður“ er notað yfir alla þá sem koma til Íslands, óháð búsetu, þjóðerni eða tilgangi ferðalags.

Fyrir þá sem þurfa að fara í sóttkví gilda sömu leiðbeiningar um heimasóttkví vegna ferðalags og þá sem eru útsettir fyrir smiti nema að ferðamenn þurfa að dvelja 5 daga í sinni sóttkví, sem lýkur eftir neikvæða seinni sýnatöku en útsetning fyrir smiti krefst 7 daga sóttkvíar með sýnatöku í lok sóttkvíar. Að öðrum kosti varir sóttkví í 14 daga.

Sérstakar leiðbeiningar til viðbótar geta gilt um sóttvarnahús.

Við upphaf á sóttkví í heimahúsi skal einstaklingur kynna sér eftirfarandi ítarlegar upplýsingar um smitleiðir og einkenni COVID-19 sýkingar sem finna má á vef embættis landlæknis.

Sóttkví.

- Aðilar á heimilinu sem ekki hafa verið útsettir fyrir smiti geta verið á heimilinu með einstaklingi sem er í sóttkví en gæta að smitvörnum eins og kostur er. Þeir mega stunda vinnu og skóla utan heimilis.
- Heimilismenn sem voru útsettir fyrir smiti á sama tíma geta verið í sóttkví saman á sama stað.
- Náin umgengni þess sem er í sóttkví við annað fólk er óæskileg t.d kossar og faðmlög. Einnig getur sá einstaklingur þurft aðstoð við aðföng o.þ.h.
 - Ef heimilið er í sóttkví geta vinir eða ættingjar sinnt aðföngum og skilið eftir við útidyr en eiga **ekki** að hafa bein samskipti við aðila í sóttkví.
 - Ef heimsending matvæla og annarra nauðsynja er í boði á svæðinu er hægt að nýta þá þjónustu á meðan sóttkví stendur. Sá sem er í sóttkví ætti að taka fram að um sóttkví sé að ræða og varning ætti að skilja eftir við útidyr.
- Ef einstaklingur í sóttkví fær einkenni COVID-19 sýkingar ber honum að fara tafarlaust í PCR-próf (nota má einkabíl eða leigubíl og taka skal fram að hann sé í sóttkví) og í einangrun meðan hann bíður niðurstöðu. Heimilismenn á sama heimili þurfa að fara undir eins í sóttkví og bíða niðurstöðu PCR-prófsins. Reynist viðkomandi vera smitaður af COVID-19 (PCR-próf er jákvætt) þurfa heimilismenn að vera áfram í sóttkví samkvæmt fyrirmælum sóttvarnalæknis. Sá smitaði er áfram í einangrun undir eftirliti COVID-19 göngudeildar.
- Sjá einnig leiðbeiningar um börn í sóttkví.

Einstaklingur í sóttkví á að halda sig heima við.

- Sóttkvíarstaður þarf að vera húsnæði sem telst fullnægjandi til sóttkvíar, sbr. leiðbeiningar um húsnæði í sóttkví. Þetta getur verið heimili fólks en einnig leigu/lánsíbúðir eða hótélherbergi.
- Einstaklingur í sóttkví **má** sækja nauðsynlega heilbrigðisþjónustu, þá að höfðu samráði fyrir fram við heilsugæslu/1700/112.
- Einstaklingur í sóttkví má **ekki** nota almenningssamgöngur (þ.m.t. áætlunarflug innanlands, strætisvagna) en má nota leigubíla, bílaleigubíla eða einkabíl til að komast á sóttkvíarstað eftir komuna (og aftur á landamærastöð ef það á við), til að sækja nauðsynlega heilbrigðisþjónustu

og til að komast til og frá seinni sýnatöku. Einstaklingar í sóttkví vegna ferðalags mega nota flugrútu.

- Við komuna til landsins er heimilt að ferðast frá landamærastöð að sóttkvíarstað. Heimilt er að gista eina nótt nærri landamærastöð áður en haldið er á sóttkvíarstað. Ef dvöl á Íslandi er skemmri en sóttkvíartímabil gildir það sama við brottför, þ.e. heimilt er að ferðast að landamærastöð.
- Einstaklingur í sóttkví má **ekki** fara til vinnu eða skóla.
- Einstaklingur í sóttkví má **ekki** fara á mannámót, hvort sem þau varða starf hans, fjölskyldu eða félagslíf.
- Einstaklingur í sóttkví **má** vera viðstaddur kistulagningu og jarðarför/bálför ef hann fylgir sérstökum leiðbeiningum þar að lútandi. Niðurstaða úr sýnatöku skal liggja fyrir eftir ferðalag erlendis. Einstaklingur í sóttkví sem dvelur á sama stað/heimili og sýktur einstaklingur með COVID-19 má ekki vera viðstaddur kistulagningu eða jarðarför/bálför.
- Einstaklingar í sóttkví mega **ekki** fara sjálfir eftir aðföngum, þ. á m. í apótek, matvöruverslun, pósthús, banka eða annað.
- Einstaklingar í sóttkví mega **ekki** fara á veitingastaði, krár/vínveitingastaði, heilsuræktarstöðvar, sundlaugar, í leikhús, kvikmyndahús, verslanir eða aðra staði þar sem margir koma saman.
- Einstaklingur í sóttkví má **ekki** dvelja í sameiginlegum rýmum fjölbýlishúsa, s.s. stiga-göngum, þvottahúsum eða sameiginlegum gördum/útivistarsvæðum.
- Einstaklingur í sóttkví má **ekki** taka á móti gestum á heimili sínu meðan sóttkví stendur yfir.
- Einstaklingur í sóttkví **má** fara út á svalir eða í garð sem er til einkaafnota.
- Einstaklingur í sóttkví **má** fara í gönguferðir í nærumhverfi sóttkvíarstaðar en þarf að halda sig í a.m.k. 2 metra fjarlægð frá öðrum vegfarendum og má ekki heimsækja fjölsóttta staði þrátt fyrir að vera undir beru lofti. Viðmið eru tvær gönguferðir á dag í hámark 30 mínútur í hvort sinn.
- Einstaklingur í sóttkví má **ekki** fara í skoðunarferðir og má **ekki** fara út að keyra nema við komuna til landsins, þegar mögulega þarf að ferðast milli landamærastöðvar og heimilis, til að sækja nauðsynlega heilbrigðisþjónustu og í seinni sýnatöku eftir komu til landsins.

Fylgiskjal 2.**LEIÐBEININGAR SÓTTVARNALÆKNIS
fyrir almenning varðandi einangrun í heimahúsi.**

Sóttkví er notuð þegar einstaklingur hefur mögulega smitast af sjúkdómi en er ekki orðinn veikur. **Einangrun** á við sjúklinga með einkenni smitandi sjúkdóms.

Í 12. gr. sóttvarnalaga nr. 19/1997, er kveðið á um heimild sóttvarnalæknis til að grípa til slíkra ráðstafana.

Einangrun.

Einstaklingar sem eru með grunaða eða staðfesta COVID-19 sýkingu sem ekki þurfa á sjúkrahúsdvöl að halda, skulu vera í einangrun í heimahúsi eða á stað sem almannavarnir og heilsugæsla á hverjum stað tilgreina.

Við upphaf einangrunar í heimahúsi skal heilsugæslan eða Læknavaktin (1700) fara yfir eftirfarandi með viðkomandi:

- Heilbrigðisstarfsmaður veitir ítarlegar upplýsingar um smitleiðir og einkenni COVID-19 sýkingar. Slíkar upplýsingar má líka finna á vef embættis landlæknis.
 - Smitleið er snerti- eða dropasmit. Það þýðir að veiran getur dreifst þegar veikur einstaklingur hóstar, hnerrar eða þurrkar sér um nefið og hraustur einstaklingur fær framan í sig dropa/úða frá þeim veika eða hendur hans mengast af dropum og hann ber þær svo upp að andliti sínu.
 - Ef samskipti við utanaðkomandi eru óhjákvæmileg á sá sem er í einangrun að gæta vel að handhreinun og nota andlitsgrímu ef hósti eða hnenni eru áberandi einkenni. Ef gríma er ekki fáanleg má nota bréfpurrku til að halda fyrir vitin þegar hóstað er eða hnerrað, en henni á að henda í plastpoka um leið og hún hefur verið notuð og hreinsa hendur vel.
- Einstaklingur í einangrun á að halda sig heima við og hafa bein samskipti við sem fæsta.
 - Einstaklingur í einangrun má **ekki** fara út af heimili nema brýna nauðsyn beri til, s.s. til að sækja nauðsynlega heilbrigðisþjónustu, þá að höfðu samráði fyrir fram við heilsugæslu/1700/112. Reglulegt eftirlit lækna eða tannlækna, sjúkráþjálfun eða sérfræðingsheimsóknir sem ekki tengjast farsóttinni teljast **ekki** til nauðsynlegrar heilbrigðisþjónustu á meðan einangrun stendur og ætti að afpanta slíka þjónustu og fá nýjan tíma eftir að einangrun lýkur.
 - **Ef þörf er fyrir læknisþjónustu meðan á einangrun stendur, hvort sem er versnandi COVID-19 sjúkdómur, önnur bráð veikindi eða slys þá er rétt að sá sem hefur samband við heilsugæslu/1700/112 taki fram að einangrun sé í gildi. Það auðveldar aðgerðir til að hindra dreifingu mögulegs smits en á EKKI að tefja fyrir eða hamla því að einstaklingur fái nauðsynlega hjálp.**
 - Einstaklingur í einangrun má **ekki** nota almenningssamgöngur eða leigubíla. Ef hann þarf að sækja heilbrigðisþjónustu má hann nota einkabíl ef hann er fær um að aka sjálfur eða aðrir sem eru með honum í einangrun eða í sóttkví, annars þarf að fá aðstoð við sjúkraflutninga í gegnum 1700/112.
 - Einstaklingur í einangrun má **ekki** fara til vinnu eða skóla þar sem aðrir eru. **Hann getur þurft að fá vottorð þess efnis frá COVID göngudeildinni. Biðlað hefur verið til vinnuveitenda að sýna skilning á því að starfsmaður þarf að sæta einangrun áfram eftir að hann hefur náð sér af veikindunum.**
 - Einstaklingur í einangrun má **ekki** fara á mannámót, hvort sem þau varða starf hans, fjölskyldu eða félagslíf. T.d. vinnufundur, samkomur vinnufélaga, samkomur stéttarfélaga, fermingar, jarðarfárir, saumaklúbbar, kóræfingar, tónleikar o.s.frv.
 - Einstaklingar í einangrun mega **ekki** fara á veitingastaði, heilsuræktarstöðvar, sundlaugar, í leikhús, kvikmyndahús, verslunarmiðstöðvar eða aðra staði þar sem margir koma saman.
 - Einstaklingar í einangrun mega **ekki** fara sjálfir eftir aðföngum, þ. á m. í apótek, matvöruverslun, pósthús, banka eða annað.

- Einstaklingur í einangrun má **ekki** dvelja í sameiginlegum rýmum fjölbýlishúsa, s.s. stigagöngum, þvottahúsum eða sameiginlegum görðum/útivistarsvæðum.
- Einstaklingur í einangrun má **ekki** taka á móti gestum á heimili sínu meðan einangrun stendur yfir.
- Einstaklingur í einangrun má fara út á svalir eða í garð til **einkaafnota** við heimilið ef heilsa leyfir. Ef aðrir eru þar líka þarf sá sem er í einangrun að fara inn aftur og huga að handhreinsun áður en hann kemur við hurðarhúna sem aðrir nota o.þ.h.
- Einstaklingur í einangrun má fara í gegnum stigagang í fjölbýlishúsi á leið inn og út en má ekki dvelja þar og þarf að halda sig í a.m.k. 2 m fjarlægð frá öðrum. Betra er ef einstaklingur í einangrun notar **stiga** en hann/hún má nota lyftu, ef þarf, en skal þá vera einn/ein í lyftunni. Hugsa þarf vel að hreinlæti í sameignarrýmum, koma við sem fæst yfirborð og strjúka af þeim sem snert eru með sóttthreinsandi efni eftir snertingu.
- Einstaklingur í einangrun má fara út með heimilissorp ef heilsa leyfir og aðrir eru ekki á heimilinu til að sinna því. Æskilegt er að bera grímu ef líklegt er að mæta fólki á leiðinni, s.s. í fjölbýlishúsum, eða hafa meðferðis bréþurrku til nota við hósta og hnerra og sinna handhreinsun fyrir og eftir opnun sorprennu/ruslageymslu og gjarnan strjúka yfir handföng með sóttthreinsandi efni eftir snertingu.
- Best er að einstaklingur sem er veikur sé einsamall í einangrun. Aðrir heimilismenn geta verið í sóttkví á sama stað ef þeir vilja ekki fara af heimilinu en ættu að takmarka snertingu við þann sem er í einangrun eins og raunhæft er, helst að halda sig í a.m.k. 2 m fjarlægð frá hinum sjúka. **Ef fleiri veikjast á heimilinu lengir það tíma sem aðrir heimilismenn þurfa að vera í sóttkví og eykur hættu á að þeir veikist einnig og sæti einangrun.**
 - Rétt er að reyna að hafa glugga opna í sameiginlegum rýmum s.s. eldhúsi og baði.
 - Þrífð vel sameiginleg rými og helstu snertifleti, s.s. handfang á kælikáp, ljósarofa og hurðarhúna.
 - Einstaklingur í einangrun ætti að sofa í sérherbergi eða að lágmarki í sérrúmi. Æskilegt er að hann hafi salerni til einkaafnota.
 - Mikilvægt er að beita grundvallar hreinlæti til að draga úr hættu á smiti (sjá leiðbeiningar um handþvott og sýkingavarnir fyrir almenning á vef embættis landlæknis).
 - Bréþurrkur sem einstaklingur í einangrun notar eiga að fara beint í plastpoka sem er síðan lokað og hent með öðru heimilissorpi.
 - Æskilegt er að hafa handspritt við höndina þar sem sá veiki er.
- Takmarka þarf til hins ítrasta umgengni við annað fólk. Þess vegna getur einstaklingur þurft að fá aðstoð við aðföng o.þ.h. Ef **hluti** heimilismanna er í einangrun þurfa aðrir heimilismenn að vera í sóttkví ef þeir hafa verið á heimilinu þegar fyrstu einkenni komu fram.
 - Þegar heimilið **allt** er í sóttkví eða einangrun er hugsanlegt að vinir eða ættingjar geti sinnt aðföngum og skilið eftir við útidyr.
 - Ef heimsending matvæla og annarra nauðsynja er í boði á svæðinu er hægt að nýta þá þjónustu á meðan sóttkví stendur.
 - Hægt er að hafa samband við Rauða krossinn varðandi aðföng eftir þörfum. Allir sem staddir eru hér á landi en þurfa að vera í einangrun í heimahúsi geta haft samband við hjálparsíma Rauða krossins í símanúmerinu 1717 eða á netspjalli á www.1717.is. Þar er hægt að óska eftir aðstoð, leita stuðnings, fá upplýsingar og ræða við einhvern í trúnaði. Hjálparsíminn er opinn allan sólarhringinn og númerið er gjaldfrjálst.
 - Ef sá veiki þarfnast aðhlynningar er æskilegt að einn og sami aðili sinni því hlutverki meðan veikindin standa yfir.
 - Forðist beina snertingu við líkamsvessa (slím úr öndunarvegi, uppköst, hægðir o.s.frv.). Hafði einnota hanska við höndina til að nota ef snerta þarf slíkt.
 - Þvoði hendur eða notið handspritt eftir snertingu við sjúkling eða umhverfi hans.
- Tengiliður heilbrigðisþjónustunnar, hjúkrunarfræðingur eða læknir COVID göngudeildar LSH eða heilsugæslunnar á viðkomandi svæði, verður í sambandi við viðkomandi daglega annaðhvort símleiðis eða með heimsóknnum á meðan einangrun stendur yfir.
 - Einstaklingur mælir líkamshita sinn daglega og skráir.

- Ef viðkomandi einstaklingur hefur versnandi einkenni ber honum að hafa samband símleiðis við tengilið sinn hjá COVID göngudeild/heilsugæslunni eða í síma Læknavaktarinnar 1700 og fylgja frekari fyrirmælum.
- Ef einstaklingur í einangrun verður fyrir bráðum veikindum og talin er þörf á sjúkrabíl til flutnings á sjúkrahús skal upplýsa starfsmann hjá 112 um grunaða/staðfesta kórónaveirusýkingu.

Hvernig er einangrun aflétt eftir COVID-19 sýkingu?

Starfsfólk COVID-göngudeildar Landspítala annast útskriftarsímtöl fyrir einstaklinga sem útskrifast úr einangrun. Þeir þurfa að uppfylla bæði eftirfarandi skilyrði og staðfesta það í samtali við lækni:

Einangrun vegna COVID-19 má læknir aflétta þegar BÆÐI eftirfarandi skilyrði eru uppfyllt:

- **14 dagar eru liðnir frá greiningu OG**
- **sjúklingur hefur verið einkennalaus í a.m.k 7 daga**

Þá fá allir þau tilmæli að huga sérstaklega vel að handþvotti og hreinlæti í tvær vikur eftir að einangrun hefur verið aflétt. Þá ber þeim einnig að forðast umgengni við viðkvæma einstaklinga svo sem eldra fólk og einstaklinga í áhættuhópum fyrir alvarlegri veikindum í a.m.k. 2 vikur. Í tilfellum þar sem vafi leikur á að ofantöldum skilyrðum sé fullnægt, getur þurft að endurtaka sýnatöku til veirugreiningar eða gera mótefnamælingu til að skera úr um það. Ef endurtekin neikvæð veirupróf eða mælanleg mótefni liggja fyrir þá þarf ekki að forðast umgengni við viðkvæma.

Sérstök tilvik:

- Almennt hraustir, einstaklingar með engin eða væg einkenni á meðan einangrun stendur geta útskrifast úr einangrun ef komnir eru a.m.k. 10 dagar frá greiningu/jákvæðu sýni og þeir hafa verið án einkenna í a.m.k. 3 daga. Fyrirmæli um sérstaka varúð gilda í 2 vikur eftir útskrift úr einangrun, sbr. að ofan. Þetta á við um bæði bólusetta og óbólusetta einstaklinga.
- Einkennalausir einstaklingar: Krafist er að einstaklingur hafi verið alveg hitalaus, alveg laus við slappleika/veikindatilfinningu, hósta, mæði, nefrennsli.
- Sambýlisfólk í sóttkví og einangrun saman: Aflétta má sóttkví sambýlismanna þess sem var í einangrun þegar einangrun lýkur skv. ákvörðun læknis COVID-19 teymis. Sambýlisfólk á við alla á sama heimili, einnig börn, sem ekki eru alveg aðskilin frá hinum einangraða.
- Sambýlisfólk allt í einangrun saman: Þegar fyrsta einstaklingnum í hópnum batnar, er hægt að leysa hann úr einangrun (sbr. að ofan) með því skilyrði að hinir veiku verði áfram í einangrun gagnvart hinum læknaða og öðrum. Ef ekki er hægt að aðskilja hinn læknaða frá hinum sem ennþá eru veikir, verður að hafa þá alla saman og er þá einangrun ekki aflétt fyrir en sá seinasti útskrifast úr einangrun. Mikilvægt er að allir heimilismenn þrífi sig og heimili vel áður en einangrun er aflétt. Sambýlisfólk á við alla á sama heimili, einnig börn.
- Heilbrigðisstarfsfólk: Sömu reglur gilda og um aðra, þarf þó að huga að verkefnum viðkomandi þegar hann snýr aftur til starfa (viðkvæmir hópar). Læknir og yfirmaður meta hvert tilfelli fyrir sig.

Fylgiskjal 3.**LEIÐBEININGAR SÓTTVARNALÆKNIS
um húsnæði í sóttkví.**

Einstaklingar eiga að dvelja í sama húsnæði allan tímann sem sóttkví varir. Við komuna til landsins er heimilt að gista eina nótt á viðeigandi gististað m.t.t. sóttkvíar nærri landamærastöð áður en ferðast er rakleitt á endanlegan dvalarstað í sóttkví næsta dag. Ekki má fara á milli gististaða eða landshluta að óþörfu. Dæmi um réttlætanlega ástæðu fyrir að færa sig um set á meðan sóttkví varir er ef veikindi koma upp meðal einstaklinga í sóttkví og sá veiki þarf að fara á sjúkrahús. Mikilvægt er að tilfærsla á dvalarstað í sóttkví sé tilkynnt til almannavarna t.d. gegnum netspjall á covid.is.

Þær kröfur sem húsnæði, sem er notað fyrir sóttkví hvort sem um ferðamenn er að ræða eða útsetningu fyrir smiti innanlands, þarfa að uppfylla eru eftirfarandi:

- Einstaklingsherbergi eða einnar fjölskyldu einingar.
- Sér salerni fyrir hvert herbergi/einingu.
- Til staðar þarf að vera rúm/dýna fyrir hvern einstakling eða þeir koma með slíkt með sér.
 - Fjölskyldueining þarf að vera nægilega stór til að a.m.k. 1 metri geti verið á milli rúmstæða.
- Sér aðstaða til að elda/neyta matar.
- Aðilar sem ekki hafa verið útsettir fyrir smiti mega búa með einstaklingi sem er í sóttkví en gæta að smitvörnum og forðast nánin samskipti eins og kostur er. Þeir aðilar mega fara til vinnu og í skóla.

Þar sem einstaklingar í sóttkví mega **ekki** fara á veitingastaði eða í matvöruverslanir er mikilvægt að skoða hvaða kostir m.t.t. aðfanga bjóðast á svæðinu eða á gististaðnum sem valinn er. Til dæmis þarf að vera ljóst hvort hægt sé að fá máltíðir á sóttkvíarstað eða hvort aðstaða er til að útbúa mat í sóttkvíarúrræði.

Fjallaskálar, farfuglaheimili/gistiskýli og tjaldsvæði þar sem margir aðilar sem ekki deila sama heimili nota sömu hreinlætisaðstöðu mega ekki bjóða upp á gistingu í sóttkví. Einstaklingar í sóttkví mega **ekki** nota slíka aðstöðu, frekar en önnur almenningsrými þar sem margir koma saman eða nota sömu hreinlætisaðstöðu.

Ef dvalið er í fjölbýlishúsi eða á hóteli/gististað þar sem aðrir ganga um þarf að gæta vel að 2 metra reglu og handhreinsun þegar farið er inn/út eða gengið er um sameiginleg rými. Forðast skal að snerta sameiginleg yfirborð og ekki má dvelja í sameiginlegum rýmum meðan á sóttkví stendur s.s. stigagangi, þvottahúsi, gestamóttöku hótels, saunu, sundlaug o.s.frv.

Hver eining/íbúð þarf að hafa þvottaaðstöðu, að öðrum kosti þarf að hafa nægilegan fatnað meðferðis til að dugi fyrir alla dvölinu í sóttkví og huga vel að þörf fyrir lín. Hótel sem býður upp á aðstöðu fyrir sóttkví þarf að tryggja gestum aðgang að líni s.s. handklæðum og lökum sem fullnægir þörfum allra einstaklinga í sóttkví allan tímann sem hún varir, sjá einnig leiðbeiningar fyrir sóttvarnahús.

Samskipti við starfsmenn á gististað eiga að fara fram í síma eða með öðrum fjarskiptaleiðum.

Einstaklingar í sóttkví **mega** nota garð eða svalir sem eru til einkaafnota fyrir þeirra einingu í sóttkvíaraðstöðu meðan á sóttkví stendur. Ef slíkt er ekki til staðar mega einstaklingar í sóttkví fara í göngutúra á almannafæri sér til heilsubótar í nágrenni sóttkvíarstaðar en skulu gæta 2 metra fjarlægðar frá öðrum vegfarendum bæði meðan þeir koma sér frá sóttkvíareiningu og út fyrir útidyr húsnæðis og eins meðan útivist er stunduð. Viðmið eru tveir göngutúrar á dag í hámark 30 mínútur í hvort sinn.

Einstaklingar í sóttkví mega **ekki** nota aðstöðu eða búnað á almannafæri hvort sem er innan húsnæðis þar sem sóttkví fer fram eða utan, s.s. bekki, borð, líkamsræktartæki, salerni/hreinlætisaðstöðu/vatnsbrunna.

Leyfilegt er að fara á sýnatökustað í seinni sýnatöku eftir ferðalag eða í boðaða sýnatöku vegna nándar við tilfelli (má fara gangandi, í einkabíl/bílaaleigubíl eða leigubíl) og til baka aftur á sóttkvíarstað til að bíða niðurstöðu.

Ef um sóttkví á hóteli eða í sóttvarnahúsi er að ræða þar sem eru starfsmenn sem sinna t.d. eftirliti með húsnæði, aðföngum og þrifum þarf jafnframt að vera til staðar sér aðstaða fyrir starfsmenn sem

veita þjónustu innan hússins (handþvottaðstaða, salernisaðstaða, matar- og vinnuaðstaða) sem einstaklingar í sóttkví hafa ekki aðgang að.

Þeir sem ekki geta dvalist í húsnæði sem uppfyllir ofangreindar kröfur þurfa að dvelja í sóttvarnahúsi í sinni sóttkví.

Nánari leiðbeiningar um reglur í sóttkví er að finna á heimasíðu embættis landlæknis.