

## Regionala rekommendationer Region Stockholm

### Beslut om rekommendation för personer som bor och vistas i Region Stockholm

#### Bakgrund

Av bestämmelserna i 6 kap. smittskyddslagen (2004:168) framgår att smittskyddsläkaren i regionen har ett samlat ansvar för smittskyddsarbetet inom det område där han eller hon verkar. Smittskyddsläkaren ska planera, organisera och leda smittskyddet och verka för effektivitet, likformighet och inte minst samordning. I smittskyddsläkarens ansvar ligger vidare bland annat att fortlöpande följa smittskyddsläget i regionen, se till att allmänheten har tillgång till den information som behövs för att var och en ska kunna skydda sig mot smittsamma sjukdomar samt att se till att förebyggande åtgärder vidtas.

Smittspridningen i Region Stockholm har under en mycket lång tid varit på en hög nivå, och sedan jul- och nyårshelgerna har drygt 3 000 personer varje vecka vid provtagningen bekräftats ha covid-19. De senaste veckorna har smittspridningen åter ökat varför regionens smittskyddsläkare bedömer det nödvändigt att som tillägg till Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd utfärda särskilda rekommendationer i Region Stockholm.

Bedömningen grundar sig på en ökning av antalet nya fall i Region Stockholm med covid-19 från vecka 5 till vecka 6 på 24% samt mellan vecka 6 och 7 på 26 %. Dessutom visar preliminära resultat att den brittiska virusmutationen liksom i flera andra regioner blir allt vanligare även i Stockholm. Den tidigare kraftiga nedgången av antalet sjukhusvårdade har också stannat av. Data från kollektivtrafiken visar också att en viss ökning av resandet har skett.

#### Rekommendationer

**Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd** om allas ansvar att förhindra smitta av covid-19 behöver få ännu större efterlevnad. Dessa innebär att framför allt att:

- Du bör begränsa antalet nya nära kontakter genom att endast umgås med de personer som du normalt träffar.
- Stanna hemma vid minsta symtom, såsom hosta, snuva, feber.
- Provta dig om du har symtom längre tid än 24 timmar.
- Alla i ett hushåll rekommenderas i möjligaste mån att vara hemma från det att någon får symtom som kan stämma med covid-19.
- Alla i ett hushåll skall stanna hemma i en vecka om någon i hushållet har bekräftat covid-19. (smittskyddslagen)
- Arbeta hemifrån om du kan.
- Du bör stanna hemma efter utlandsresa i 7 dagar och provta dig på ankomstdagen och på dag 5. Detta behöver ingå i en planering inför eventuell utlandsresa.
- Undvik köpcentrum och butiker om det är risk för trängsel. Välj att handla på tider när minimalt antal andra personer finns i butiken. Vistas i butiken så kort tid som möjligt, och handla helst utan medföljande sällskap.

**Kollektivtrafik**

- Res bara med kollektivtrafik om du måste.

**Andra resor**

- Om du måste resa, gör det då så smittsäkert som möjligt.

**Munskydd**

- Du bör använda engångsmunskydd (detta gäller personer födda 2004 och tidigare) när du reser med kollektivtrafik i rusningstrafik (kl. 7–9 och kl. 16–18) men **även vid andra tider** i kollektivtrafiken så länge det råder utbredd samhällsspridning av covid-19.
- Observera att munskydd **inte** ersätter regeln att undvika nära kontakt och att hålla avstånd. Använd engångsmunskydd i situationer där nära kontakt, under längre tid i inomhusmiljö, inte med säkerhet går att undvika. Vi rekommenderar därför munskydd i till exempel affärer och andra butiker. Observera att denna rekommendation inte avser förskola eller klassrumssituation i grund- och gymnasieskola. I skolan gäller fortfarande att munskydd bara rekommenderas i de specifika situationer då du som vuxen under längre tid inte kan hålla avstånd. Generell munskyddsanvändning rekommenderas i nuläget inte i skolmiljön.
- Gällande situationer där trängsel uppkommer – framför allt i vissa miljöer på arbetsplatser: dessa situationer bör identifieras **av berörda** verksamheter, arbetsgivare och arbetstagare gemensamt. Rutiner/riskbedömning för användning av munskydd, inklusive hur de bärs och hanteras, bör tas fram utifrån bedömt behov.

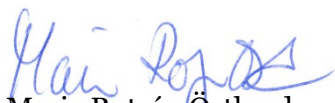
**Arbetsplatser**

- Fortsätt arbeta hemifrån så ofta du kan. På arbetsplatser där hemarbete inte är möjligt, undvik trängsel, håll avstånd och försök träffa så få som möjligt. Det gäller även i fikarum och personalrum, och även om du träffar samma arbetskamrater varje dag. Om du har luftvägssymtom, även lindriga, måste du stanna hemma.

**Skolor**

- Under vecka 6 och 7 har antalet bekräftade fall ökat avsevärt i regionen. Regionen har sportlov vecka 9. Under skollov finns en risk att man trots försiktighet träffar andra personer än de man vanligen träffar, oavsett om detta sker på en resa eller inte. För att bryta eventuella smittkedjor rekommenderas därför för huvudmannen att högstadie- och gymnasieskolor i regionen använder möjligheten till distans- och fjärr undervisning hela vecka 10, d.v.s. veckan efter sportlovet. Undantag från detta gäller som tidigare, d.v.s. särskola, vissa praktiska moment, examina och särskilt utsatta elever.

Samråd kring rekommendationer har skett med Folkhälsomyndigheten, Region Stockholm och Länsstyrelsen i Stockholms län och rekommendationerna gäller omedelbart och till och med 2021-03-23 med löpande omprövning utifrån regionens epidemiologiska läge.



Maria Rotzén Östlund  
Smittskyddsläkare