



## Hvis en test har vist, at du har corona-virus, skal du gå i isolation

DANSK

**Det betyder, at du skal blive hjemme, så du ikke kan smitte andre.**

**Gå ikke udenfor – heller ikke for at gå på arbejde.**

**Aflys alle aftaler, og tal i stedet med venner og familie via telefon eller internet.**

### Hvornår kan du gå ud igen?

- Det kommer an på, om du har – eller har haft – symptomer som for eksempel feber, ondt i halsen eller hoste.
- Hvis du har haft symptomer, kan du gå ud igen, når du har været helt fri for symptomer i 48 timer.
- Hvis du slet ikke har haft symptomer og føler dig helt rask, kan du gå ud 7 dage efter, at du fik taget corona-testen.

### Hvordan er man i isolation?

- Mens du er hjemme i isolation, skal du holde 2 meters afstand til dem, du bor sammen med.
- Undgå at kysse og kramme.
- Undgå at være for længe i det samme rum, og luft ud i rummet i 10 minutter bagefter.
- Sov ikke i samme rum som andre.
- Vask eller sprit hænder ofte.

- Gør rent hver dag på steder, som I rører med hænderne, for eksempel dørhåndtag, fjernbetjening, telefoner, tastaturer, mus, stikkontakter, vandhaner, toiletter og legetøj. Brug almindelige rengøringsmidler.
- Del ikke håndklæder med andre.
- Få andre til at hjælpe dig med at hente børn, købe ind eller lufte hunden.
- Hvis du får varer leveret, så få dem stillet ved døren.

Tag mundbind på, hvis du er nødt til at bryde din isolation, for eksempel hvis du skal på hospitalet.