

---

## Minnisblað

Dagsetning: 5. janúar 2022  
Höfundur: Þórólfur Guðnason sóttvornalæknir  
Viðtakandi: Willum Þór Þórsson heilbrigðisráðherra  
Málsnúmer/skjalalykill: 21011462

### Efni: Minnisblað sóttvornalæknis um sóttvarnaaðgerðir innanlands og sóttkví vegna COVID-19.

---

Í síðasta minnisblaði um sóttvarnaaðgerðir frá 20. desember 2021 var gerð grein fyrir vaxandi fjölda smita hélendis og vakín athygli á aukinni hættu sem gæti stafað af hinu nýja afbrigði kórónaveirunnar, ómicron afbrigðinu.

Frá því að minnisblaðið var ritað og reglugerð um takmörkun á samkomum nr. 1484/2021 tók gildi þ. 23. desember sl., hefur faraldurinn hér verið í miklum vexti. Daglegum smitum hefur fjölgað frá um 200 upp í rúmlega 1.000 sem og inniliggjandi sjúklingum vegna COVID-19. Í dag (5. janúar) eru 30 sjúklingar inniliggjandi á Landspítala með COVID-19, þar af 8 á gjörgæsludeild. Inniliggjandi sjúklingum hefur fjölgað um 25% í þessari viku en fjöldi í gjörgæslu stendur í stað. Þá er einn sjúklingur með COVID-19 inniliggjandi á Sjúkrahúsinu á Akureyri. Á sama tíma hefur fjöldi smita á landamærum vaxið og er daglegur fjöldi nú kominn í rúmlega 150.

Ástæður fyrir þessari fjölgun smita innanlands eru vafalaust margar en eftirfarandi eru þær helstu:

- Mikill hreyfanleiki fólks fyrir og um jól og áramót sem eykur útsetningu og líkur á smitum.
- Hröð útbreiðsla ómicron afbrigðis kórónaveirunnar sem bæði er meira smitandi en delta afbrigðið og sleppur frekar undan vernd bólusetninga.
- Aukning á smitum sem koma erlendis frá.

Nú er svo komið að ómicron afbrigðið er hér allsráðandi en fjöldi þeirra sem greinist með delta afbrigðið er nokkuð stöðugur milli daga eða 100-120 á dag. Augljóst er hins vegar að vernd bólusetninga gegn ómicron afbrigðinu er nokkuð skert ef miðað er við vernd gegn delta afbrigðinu. Rannsóknir erlendis hafa sýnt, að vernd eftir örvunarskammt (þriðja skammt) bóluefnis veitir um 50% vernd gegn smiti með vægum einkennum en að líkindum betri vernd gegn alvarlegum veikindum. Ekki er þó ljóst hversu lengi verndin varir.

Niðurstöður rannsókna frá Danmörku sýna að spítalainnlagnir af völdum ómicron afbrigðisins eru 30-50% fátíðari en af völdum delta afbrigðisins. Þrátt fyrir það er líklegt að innlögnum vegna ómicron afbrigðisins muni fjölga verulega á næstunni vegna mikils fjölda smita.

Landspítalinn var nýlega settur á neyðarstig vegna þröngrar stöðu á spítalanum, einkum á gjörgæsludeild sem aðallega skýrist af skorti á starfsfólki og vegna fjölgunar á innlögnum vegna COVID-19. Þessi aðgerð sýnir glöggt þrönga stöðu spítalans og mikilvægi þess að halda covid faraldrinum sem mest í skefjum. Á sama tíma er gríðarlegt álag á heilbrigðiskerfið um allt land.

Vegna útbreiddra sýkinga af völdum COVID-19 í samfélaginu þessa stundina þá hafa margir þurft að fara í einangrun og sóttkví en einangrun og sóttkví eru þær aðgerðir sem mikilvægar eru til að halda faraldrinum í skefjum. Á þessari stundu eru rúmlega 9.000 manns í einangrun vegna COVID-19 og um 7.500 í sóttkví. Einangrun var nýverið stytt úr 10 dögum í 7 daga en sóttkví hefur um nokkurt skeið verið alls 14 dagar en hana má stytta í fimm daga með neikvæðu PCR prófi. Sá fjöldi sem nú er í sóttkví og einangrun er hins vegar farinn að hafa verulegi áhrif á starfsemi ýmissa fyrirtækja og útbreidd krafa í samfélaginu er um breytingar á þessum ráðstöfunum.

Á þessari stundu tel ég mikilvægt að takmarka áfram sem mest útbreiðslu COVID-19 svo ekki skapist frekara neyðarástand í heilbrigðiskerfinu og fyrirtækjum landsins. Á sama tíma er nauðsynlegt að liðka þannig fyrir sóttkví og/eða einangrun að starfsemi nauðsynlegra fyrirtækja geti haldist sem mest óskert.

Ég legg því til eftirfarandi sóttvarnaáðgerðir innanlands ásamt breytingum á sóttkví útsettra einstaklinga.

## I. Sóttvarnaáðgerðir innanlands.

Sóttvarnaáðgerðir innanlands verði óbreyttar og í samræmi við þær áðgerðir sem tóku gildi 23. desember sl. með reglugerð nr. 1484/2021 sem gildir til 12. janúar 2022. Reglugerðin verði látin gilda í 3-4 vikur.

Ef fjölgun verður á smitum innanlands og alvarlegum veikindum vegna COVID-19 þá þurfa stjórnvöld að vera tilbúin að grípa til harðari takmarkana til að hefta enn frekari útbreiðslu.

## II. Breytingar á sóttkví.

Í dag eru einstaklingar sem eru útsettir fyrir COVID-19 smiti settir í sóttkví í 14 daga sem stytta má í fimm daga með neikvæðu PCR prófi á fimmta degi. Þessi tilhögun er óháð aldri eða bólusetningastöðu viðkomandi og í samræmi við leiðbeiningar sóttvarnastofnunar Evrópusambandsins (ECDC) og hinna Norðurlandanna.

Nýlegar rannsóknir frá Bretlandi og Danmörku sýna að með örvunarskammti (þremur skömmtum) má minnka líkur á smiti verulega, sérstaklega þegar um er að ræða smit af völdum delta afbrigðisins. Þó að bólusetningar gegn COVID-19 verndi almennt minna ef um er að ræða ómicron afbrigðið þá hefur komið í ljós að með örvunarskammti þá minnka líkur sömuleiðis á smiti verulega.

Þess vegna eru nú faglegar forsendur fyrir endurskoðun á sóttvarnareglum fyrir þrí-bólusetta og sérstaklega í ljósi þess að starfsemi ýmissa mikilvægra fyrirtækja er nú erfitt að halda gangandi vegna þess mikla fjölda sem nú dvelur og mun þurfa að dvelja í sóttkví á næstunni. Um 150 þúsund einstaklingar eru nú þrí-bólusettir og mun endurskoðun á sóttvarnareglum þeirra gjörbreyta ástandinu á vinnumarkaði.

Ég legg því til eftirfarandi:

- a. **Einstaklingar, þrí-bólusettir gegn COVID-19 þar sem þriðja bólusetning var gefin fyrir meira en 14 dögum fyrir útsetningu eða einstaklingar sem smitast hafa af COVID-19 og fengið tvær bólusetningar muni falla undir eftirfarandi reglur í 5 daga eftir útsetningu.**
- b. Viðkomandi megi fara í vinnu og skóla.  
Vinnustaðir geti verið með sérstakar reglur t.d. vegna viðkvæmra starfsemi og geti túlkað reglurnar þrengra. Þetta geti t.d. átt við um heilbrigðisstofnanir og hjúkrunarheimili.
- c. Viðkomandi beri grímu í öllum samskiptum við aðra óháð fjarlægð.
- d. Viðkomandi forðist fjölmenni.
- e. Viðkomandi forðist samskipti við viðkvæma einstaklinga.
- f. Viðkomandi megi ekki fara á viðburði þar sem krafist er hraðprófs.
- g. Viðkomandi skuli fara í PCR próf á 5 degi.
- h. Viðkomandi fari í PCR sýnatöku við minnstu einkenni sem bent geta til COVID-19.

- i. Sóttkví annarra óháð bólusetningastöðu verði óbreytt í 14 daga sem stytta má í fimm daga með neikvæðri niðurstöðu úr PCR prófi á fimmta degi. Hægt verði að sækja um sérstaka vinnusóttkví eins og áður.
- j. Lengd einangrunar verði áfram 7 dagar frá greiningardegi hjá þeim sem greinast með smit óháð bólusetningastöðu eða aldri.