



# Vejledning om forebyggelse af smitte med luftvejsinfektioner herunder ny coronavirus på plejehjem, botilbud mv. og i hjemmeplejen



Vejledning om forebyggelse af smitte med luftvejsinfektioner herunder ny coronavirus på plejehjem, botilbud mv. og i hjemmeplejen  
31. oktober 2024. Version 8

© Sundhedsstyrelsen, 2024.  
Publikationen kan frit refereres  
med tydelig kildeangivelse.

Sundhedsstyrelsen  
Islands Brygge 67  
2300 København S

[www.sst.dk](http://www.sst.dk)

Elektronisk ISBN: 978-87-7014-580-0

Sprog: Dansk  
Version: 8  
Versionsdato: 31. oktober 2024  
Format: pdf

Udgivet af Sundhedsstyrelsen  
Oktober 2024

# Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse .....	3
Introduktion .....	4
Opdateringer .....	5
<b>1. Symptomer og smitteveje luftvejsinfektioner herunder covid-19 .....</b>	<b>6</b>
1.1. Sygdomme og symptomer .....	6
1.2. Smitteveje .....	6
<b>2. Organisering i forhold til forebyggelse og håndtering af luftvejsinfektioner .....</b>	<b>8</b>
<b>3. Generel forebyggelse af smitte .....</b>	<b>9</b>
3.1. Bliv hjemme ved sygdom .....	9
3.2. Håndhygiejne .....	10
3.3. Host og nys i ærmet .....	10
3.4. Luftskifte og ventilation .....	10
3.5. Rengøring .....	11
<b>4. Værnemidler .....</b>	<b>12</b>
<b>5. Håndtering ved symptomer på luftvejsinfektion hos borgere .....</b>	<b>13</b>
5.1. Håndtering ved symptomer på luftvejsinfektion hos enkelte borgere .....	13
5.2. Håndtering af udbrud .....	13

# Introduktion

Denne vejledning beskriver, hvilke forholdsregler plejehjem, botilbud mv. samt den kommunale og private hjemmepleje bør tage med henblik på at forebygge og håndtere smittespredning med luftvejsinfektioner.

Luftvejsinfektioner kan være alvorlige for ældre og andre sårbare borgere. Covid-19 er ikke længere kategoriseret som en alment farlig sygdom, og er nu én blandt flere almindelige luftvejsinfektioner, som ældre og andre sårbare borgere er særligt udsatte for. Det er væsentligt med en helhedsorienteret tilgang til forebyggelse af smittespredning i plejesektoren. Smittespredning med ny coronavirus (SARS-CoV-2), influenza og RS-virus sker på samme måde, og da symptomerne kan være svære at skelne fra hinanden, er det væsentligt at sam-tænke forebyggelse og håndtering af de forskellige luftvejsinfektioner.

Vejledningen erstatter *Vejledning om forebyggelse af smitte med ny coronavirus og andre luftvejsinfektioner på plejehjem mv. og i hjemmeplejen* version 7 fra den 13. december 2023.

## Formål og målgruppe

Formålet med denne vejledning er at understøtte kommuner, regioner og private aktører i at forebygge og håndtere smittespredning af luftvejsinfektioner på plejehjem, botilbud mv. på sundheds-, ældre- og socialom-rådet samt i hjemmeplejen. Vejledningen samler derudover viden fra andre eksisterende anbefalinger og ret-ningslinjer, og understøtter de *Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer (NIR)*<sup>1</sup>.

Vejledningens anvendelsesområde er steder, hvor der opholder sig personer i øget risiko for et alvorligt forløb med luftvejsinfektioner, herunder primært kommunale og private plejehjem, visse botilbud mv. og hjemmeple-je. Nogle elementer vil også kunne gøre sig gældende i andre typer institutioner fx under Kriminalforsorgen samt asylcentre.

Forebyggelse og håndtering af smittespredning er en ledelsesopgave, som påhviler ledere på alle niveauer i regioner, kommuner og private organisationer. Det gælder både i forhold til ledelse af medarbejderne og fag-ligt på hygiejneområdet.

Vejledningen henvender sig til ledere på institutioner og i forvaltninger på sundheds- og ældreområdet, social-området i kommunerne og regionerne samt ledere på selvejende eller private institutioner, ledere af hjemme-plejen, herunder også ledere af hjemmesygeplejen, ledere af private hjemmeplejeleverandører, og kommuner-nes og hygiejneansvarlige medarbejdere samt visse medarbejdere i regionerne. Ligeledes kan den anvendes af private leverandører med egen hygiejneorganisation/-ansvarlig.

<sup>1</sup> Statens Serum Institut. Central Enhed for Infektionshygiejne – Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer: <https://hygiejne.ssi.dk/retningslinjer/nir>

## Opdateringer

Følgende er opdateret i forhold til version 7 fra den 13. december 2023:

- Der er ikke henvisninger til Retningslinjer for håndtering af covid-19 i sundhedsvæsenet, da denne publikation er udgået, idet covid-19 håndteres på niveau med andre sygdomme. Nogle steder henvises til retningslinjer fra Dansk Selskab for Infektionsmedicin.
- Afsnit om test for covid-19 udgår. Såfremt hospitalsafdelinger vurderer behov for test i relation til behandling, vil behandlende læge på hospitalet iværksætte test samt følge op.
- Definitionen på luftbåren smitte jf. notat fra Statens Serum Institut er indarbejdet.

# 1. Symptomer og smitteveje luftvejsinfektioner herunder covid-19

## 1.1. Sygdomme og symptomer

Luftvejsinfektioner kan være forårsaget af virus (fx SARS-CoV-2 og influenzavirus) eller bakterier (fx pneumokokker og *Mycoplasma pneumoniae*). Bakterielle infektioner kan behandles med antibiotika. For de virale infektioner findes kun specifik behandling mod covid-19 og influenza.

Nogle infektioner (fx RS-virus) forårsager ikke alvorlig sygdom hos raske voksne, men kan gøre dette hos plejekrævende ældre eller personer med fx svær kronisk lungesygdom.

Specifikke symptomer på luftvejsinfektion - uanset årsag - er hoste (tør eller produktiv), ondt i halsen, evt. stoppet næse/løbenæse og evt. vejrtrækningsbesvær. Der kan desuden ses almensymptomer som feber, muskelsmerter, træthed og hovedpine.

Hos ældre, plejekrævende patienter kan specifikke symptomer undertiden være utydelige, og sygdommen kan vise sig ved konfusion, nedsat bevidsthedsniveau eller hurtigt indsættende funktionstab.

Ved influenza ses typisk pludseligt indsættende ondt i halsen, hovedpine, muskelsmerter samt hoste og evt. feber. I Danmark forekommer influenza stort set kun i månederne november-april. Dansk Selskab for Infektionsmedicin har udarbejdet retningslinjer for forebyggelse og håndtering af influenza<sup>2</sup>.

Symptomer på covid-19 varierer fra person til person, men oftest ses feber, tør hoste, muskelsmerter, ondt i halsen, kvalme, træthed, stoppet næse, løbenæse og tab af smags- og/eller lugtesans. I alvorligere tilfælde kan ses vejrtrækningsbesvær<sup>3</sup>. Infektion med SARS-CoV-2 uden symptomer (asymptomatisk forløb) er almindelig. Dansk Selskab for Infektionsmedicin har udarbejdet en retningslinje til behandling af voksne patienter med covid-19<sup>4</sup>.

## 1.2. Smitteveje

Mikroorganismer, der forårsager luftvejsinfektioner, smitter gennem luften og ved direkte og indirekte kontaktsmitte (fx via håndtryk eller overflader forurenede med mikroorganismer)<sup>5</sup>.

<sup>2</sup> [DSI guidelines](#)

<sup>3</sup> [European Centre for Disease Prevention and Control, Covid-19](#)

<sup>4</sup> [DSI guidelines](#)

<sup>5</sup> [Virale luftvejsinfektioner: Konsensusnotat om smitte gennem luft, SSI, 2024](#)

Smitte sker særligt ved tæt kontakt (inden for 1-2 m), og hvis kontakten sker over længere tid, samt hvor mange mennesker er samlet i små rum med dårlig udluftning/ventilation. En øget aerosolgenerering ved fx høj sang og råd eller kraftig fysisk aktivitet kan også give anledning til smittespredning. Smitte sker desuden ved indirekte kontaktsmitte.

Graden af forholdsregler ved brug af værnemidler er uddybet i de *Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer om supplerende forholdsregler*<sup>6</sup>.

<sup>6</sup> [Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer, Supplerende forholdsregler ved infektion og bæretilstand i sundhedssektoren, SSI 2019](#)

## 2. Organisering i forhold til forebyggelse og håndtering af luftvejsinfektioner

I henhold til epidemiloven<sup>7</sup> skal kommunalbestyrelsen og regionsrådet træffe foranstaltninger for at forebygge og sikre sig mod udbredelsen af smitsomme sygdomme, herunder udarbejde planer for håndtering af smitsomme sygdomme og sikre, at kommunens og regionens institutioner og personale er bekendt med myndighedernes anbefalinger og vejledninger om håndtering af smitsomme sygdomme.

Alle institutioner og hjemmeplejeorganisationer anbefales at udarbejde en plan for, hvordan mistanke om eller bekræftet luftvejsinfektion hos beboere/borgere skal håndteres afhængigt af, hvad forholdene på det enkelte sted tillader.

- Der anbefales desuden at have aftaler om eller en plan for, hvordan den enkelte institution får adgang til de nødvendige kompetencer både i forhold til akut behandling fra den kommunale akutfunktion, en plejehjemslæge eller anden praktiserende læge og i forhold til rådgivning om hygiejne samt socialpædagogiske foranstaltninger i forhold til borgere med demens, fx demenskoordinator eller anden ressourceperson.
- Det anbefales at udpege en koordinator el.lign. for infektionshygiejne med ansvar for at holde sig opdateret om infektionshygiejniske retningslinjer og implementere disse. Der bør sikres relevante kompetencer. For nærmere anbefalinger henvises til *Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer (NIR) for nøglepersoner/kontaktpersoner/koordinatorer i infektionshygiejne inden for sundhedssektoren*<sup>8</sup>.
- For anbefalinger om organisering af indsatsen på kommunalt niveau henvises til *Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakke om hygiejne*<sup>9</sup>.

<sup>7</sup> Lov om epidemier, nr. 285 af 27/02/2021 § 4

<sup>8</sup> Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer. Nøglepersoner/kontaktpersoner/koordinatorer i infektionshygiejne inden for sundhedssektoren

<sup>9</sup> Forebyggelsespakke. Hygiejne. SST, 2018



## 3. Generel forebyggelse af smitte

Plejehjem, botilbud mv. samt hjemmeplejen bør så vidt muligt følge Sundhedsstyrelsens fem generelle råd til smitteforebyggelse for at forebygge smittespredning med smitsomme sygdomme generelt. Det gælder også, når der ikke er forekomst af smitsomme sygdomme på institutionen.

At blive hjemme ved sygdom, god håndhygiejne, host og nys i ærmet, udluftning samt rengøring af kontaktpunkter er de vigtigste basale tiltag til at hindre smittespredning. Det er væsentligt, at anbefalingerne tilpasses lokale forhold og omstændigheder. Anbefalingerne skal ses som tiltag eller redskaber, der supplerer hinanden, og som bør kombineres med henblik på at opnå mest mulig smitteforebyggelse.

For uddybning henvises til Sundhedsstyrelsens anbefalinger om forebyggelse af smittespredning<sup>10</sup>. For mere specifikke anbefalinger om hygiejne henvises til de *Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer* fra Statens Serum Institut<sup>11</sup>.

### 3.1. Bliv hjemme ved sygdom

Når man er syg, er det vigtigt for at forebygge smittespredning at blive hjemme, til man er rask. Rådet gælder både personale og borgere, og uanset om der er påvist en specifik sygdom eller ej.

Medarbejdere, der er syge, bør derfor ikke møde på arbejde. Borgere, der er syge med symptomer på smitsom sygdom, bør så vidt muligt opholde sig i deres bolig, men kan fx gå tur.

Rådet baserer sig på frivillighed. Syge borgere, der fx pga. kognitiv funktionsnedsættelse ikke har forståelse for vigtigheden af opholde sig i deres bolig, skal altid forsøges motiveret ved brug af pædagogiske metoder og virkemidler som led i omsorgspligten. Der er ikke indikation for tvangsmæssige foranstaltninger, fx magtanvendelse, låsning af døre, hindre adgang for pårørende mv.

Der bør altid tages behørigt hensyn til den enkelte borgers fysiske og mentale behov. Dette kan nødvendiggøre, at syge borgere modtager besøg eller i visse situationer opholder sig på fællesarealer, fx ved behov for mobilisering og der ikke er mulighed for at gå tur udendørs. I så fald bør personalet forsøge at nedsætte risikoen for smitte gennem hygiejniske tiltag og afstand til de øvrige beboere.

#### **Særligt vedrørende sygdom hos medarbejdere**

Det er arbejdsgivers ansvar at sikre, at syge medarbejdere ikke møder på arbejde og derved risikerer at smitte beboere/borgere og kollegaer.

<sup>10</sup> [Sundhedsstyrelsen om forebyggelse af smitsomme sygdomme, de fem smitteforebyggende råd](#)

<sup>11</sup> <https://hygiejne.ssi.dk/retningslinjer/nir>

Det er medarbejderes ansvar at være opmærksomme på symptomer og ikke møde på arbejde, hvis de er syge. Hvis en medarbejder bliver syg efter fremmøde, er det ligeledes vigtigt, at personen forlader arbejdspladsen.

## 3.2. Håndhygiejne

God håndhygiejne er en effektiv og veldokumenteret metode til at forebygge kontaktsmitte via genstande, hænder og ansigt. God håndhygiejne kan opnås ved hjælp af håndvask eller hånddesinfektion, dog anbefales håndvask altid ved synligt snavs på hænder, ved fugtige hænder, efter toiletbesøg, efter bleskift og før håndtering af madvarer og spisning - efterfulgt af hånddesinfektion.

Medarbejdere bør være særligt opmærksomme på at udføre håndhygiejne før og efter udførelse af pleje- og behandlingsopgaver samt at støtte borgeren i grundig håndhygiejne. Sundhedsstyrelsen har udgivet film og vejledninger, som illustrerer korrekt håndvask<sup>12</sup>, og Statens Serum Institut har web-interaktivt undervisningsmateriale om håndhygiejne<sup>13</sup>. Se endvidere *Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer (NIR) for håndhygiejne*<sup>14</sup>.

## 3.3. Host og nys i ærmet

Luftvejsinfektioner smitter hovedsageligt via infektiøse partikler fra luftveje, som kan blive spredt i luften gennem fx host og nys. Host og nys i ærmet forebygger smitte gennem dråber i luften. Samtidig undgår man at overføre virus til sine hænder, som derfra kan overføres til andre mennesker enten direkte eller via overflader og kontaktpunkter.

## 3.4. Luftsifte og ventilation

Dårligt luftsifte øger risikoen for smitte med luftvejsinfektioner, særligt hvis mange personer er samlet i mindre lokaler med dårlig udluftning.

Der bør derfor være opmærksomhed på tilstrækkeligt luftsifte for at nedbringe koncentrationen af infektiøse partikler i luften og dermed forebygge smittespredning. Det gælder i borgerens bolig, men særligt på fællesarealer. Luftsifte kan ske ved udluftning med gennemtræk eller ventilationssystemer.

Generelt anbefales, at man af hensyn til indeklimaet lufter ud med gennemtræk 2 x 5 minutter hver dag, med mindre der anvendes et ventilationssystem<sup>15</sup>. I lokaler med mange personer i længere tid bør frekvensen øges, fx med gennemtræk i 5-10 minutter hver time. Disse anbefalinger kan også være hensigtsmæssige for at forebygge smittespredning.

<sup>12</sup> Film: Vask hænder, og beskyt dig selv om andre: [www.sst.dk/da/udgivelser/2020/film\\_vask\\_haender](http://www.sst.dk/da/udgivelser/2020/film_vask_haender).

<sup>13</sup> Værd at vide om håndhygiejne; <https://hygiejne.ssi.dk/formidling/undervisning>

<sup>14</sup> <https://hygiejne.ssi.dk/NIRhaandhygiejne>

<sup>15</sup> Miljøstyrelsen, [Tips til et bedre indeklima](#)

### 3.5. Rengøring

På plejehjem og andre institutioner befinder der sig ofte mange beboere i fællesområder, hvilket kan øge risikoen for spredning af smitsomme sygdomme. Risikoen for kontaktsmitte er størst fra overflader, som mange personer rører ved, fx håndtag, gelændere, kontakter, trykknapper, tastaturer, armlæn, bordkanter, redskaber, vandhaner, toiletter osv. Derfor anbefales hyppig og grundig rengøring af kontaktpunkter. Læs desuden mere om rengøring i ældre- og plejesektoren, på bosteder mm. i de *Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer for rengøring i hospitals- og primærsektoren*<sup>16</sup>.

<sup>16</sup> Statens Serum Institut. Central Enhed for Infektionshygiejne. 2015. De Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer for rengøring i hospitals- og primærsektoren: [https://hygiejne.ssi.dk/-/media/arkiv/subsites/infektionshygiejne/retningslinjer/nir/nir-rengoering\\_2023.pdf](https://hygiejne.ssi.dk/-/media/arkiv/subsites/infektionshygiejne/retningslinjer/nir/nir-rengoering_2023.pdf)

## 4. Værnemidler

Medarbejdere i ældreplejen bør generelt anvende værnemidler i overensstemmelse med de gældende *Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer (NIR)*<sup>17</sup>.

Statens Serum Institut har desuden udgivet *Supplerende forholdsregler ved infektion og bærertilstand i sundhedssektoren*<sup>18</sup> og for primærsektoren (*Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer for plejehjem, hjemmepleje, bo- og opholdssteder m.m.*<sup>19</sup>).

Medarbejdere i sundheds- og plejesektoren bør anvende arbejdsdragt<sup>20</sup>, der altid skiftes og vaskes efter brug. Hvis arbejdsstedet ikke har udleveret arbejdsdragter, anvendes beklædning med korte ærmer, der kan vaskes ved minimum 60 °C.

Ved tæt kontakt i pleje- og omsorgssituationer hos personer, der har symptomer på luftvejsinfektion, og hvor der er risiko for sprøjt, stænk mv. fra host/nys, bør der generelt anvendes værnemidler i form af handsker, plastforklæde/overtrækskittel, maske og øjenbeskyttelse, jf. *Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer (NIR) om generelle forholdsregler*<sup>21</sup>.

Der bør altid anvendes værnemidler i form af handsker, overtrækskittel, maske og øjenbeskyttelse ved tæt kontakt i pleje- og omsorgssituationer ved mistanke om eller påvist covid-19, influenza eller RS-virus, jf. *Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer (NIR) om supplerende forholdsregler*<sup>22</sup>.

<sup>17</sup> Statens Serum Institut. Central Enhed for Infektionshygiejne – Nationale Infektionshygiejniske Retningslinjer

<sup>18</sup> NIR Supplerende om forholdsregler ved infektioner og bærertilstand i sundhedssektoren

<sup>19</sup> <https://hygiejne.ssi.dk/-/media/arkiv/subsites/infektionshygiejne/retningslinjer/nir/nir-primærsektoren.pdf>

<sup>20</sup> Sundhedsstyrelsen. Vejledning om arbejdsdragt inden for sundheds- og plejesektoren.

<sup>21</sup> <https://hygiejne.ssi.dk/NIRgenerelle>

<sup>22</sup> <https://hygiejne.ssi.dk/NIRsupplerende>

## 5. Håndtering ved symptomer på luftvejsinfektion hos borgere

### 5.1. Håndtering ved symptomer på luftvejsinfektion hos enkelte borgere

Ved symptomer på luftvejsinfektion hos en borger, bør der altid tages stilling til, om der er behov for vurdering af læge med henblik på behandling.

Ved symptomer på smitsom sygdom hos en borger bør der være skærpet opmærksomhed på efterlevelse af smitteforebyggende tiltag og retningslinjer, herunder skærpet fokus på håndhygiejne, udluftning, rengøring af områder, kontaktflader og genstande, som borgeren har rørt ved samt brug af værnemidler. Ligeledes bør borgeren i muligt omfang vejledes om efterlevelse af de smitteforebyggende råd.

Det er ledelsens ansvar, at alle medarbejdere kan handle relevant ved symptomer på sygdom hos borgere.

Sundhedsstyrelsen anbefaler ikke test for covid-19.

### 5.2. Håndtering af udbrud

Ved et udbrud forstås to eller flere tilfælde af en specifik infektion inden for en afgrænset gruppe beboere og/eller personale (fx en gang, etage eller afsnit).

Hvis der er mistanke om udbrud med luftvejsinfektioner på et plejehjem, botilbud eller lignende, bør institutionen vurdere, om der er behov for yderligere tiltag for at forebygge yderligere smittespredning. Institutionen kan kontakte den kommunale hygiejneorganisation/sundhedstjeneste ved behov for rådgivning. Den kommunale hygiejneorganisation/sundhedstjeneste kan kontakte Styrelsen for Patientsikkerhed for rådgivning.

Eksempler på yderligere tiltag ved udbrud af luftvejsinfektioner (afhængig af graden af smittespredning):

- Skærpet fokus på efterlevelse af smitteforebyggende anbefalinger og retningslinjer
- Opfordre beboere, pårørende og personale til så vidt muligt at holde afstand til hinanden (1-2 m)
- Opfordre beboerne til at minimere kontakt med andre beboere
- Aflysning af fælles arrangementer, eller gennemførelse under skærpede hygiejniske forholdsregler
- Hvor det er muligt, anbefales det, at en fast gruppe medarbejdere tilknyttes afsnit/afdelinger med udbrud og ikke bevæger sig mellem disse og afsnit med raske.

Tiltag bør gennemføres under behørig hensyntagen til borgernes fysiske og mentale behov.

**Sundhedsstyrelsen**  
Islands Brygge 67  
2300 København S

[www.sst.dk](http://www.sst.dk)