

## Information till dig som har fått ett positivt provsvar på PCR-test för covid-19

**Obs!** Om du har tagit ett covidtest av typen självtest där du både tar och analyserar provet själv, ska du inte boka tid för ett bekräftande PCR-test. Du betraktas som smittad av covid-19 och ska följa förhållningsregler [Covid-19, patientinformation och förhållningsregler](#).

För mer information kring provtagning se [1177.se Lämna prov för covid-19](#).

Du som har covid-19 måste enligt smittskyddslagen medverka vid smittspårning. Om du har tagit PCR-prov via Region Värmlands egenprovtagning 1177.se kommer du att kontaktas via formulär på 1177.se eller via telefon. För att stoppa smittspridning är det viktigt att de personer som kan ha utsatts för smitta snabbt informeras. Du är själv den som snabbast ger informationen.

Du ska **direkt** när du har fått ditt positiva provsvar göra följande:

1. Läs [Covid-19, patientinformation och förhållningsregler](#).
2. **Informera dina hushållskontakter**, det vill säga de du bor tillsammans med, eller har bott med från 48 timmar innan du fick symtom. Om du testades *utan* att ha symtom är det dina hushållskontakter från och med provtagningsdagen som ska informeras. Hushållskontakterna ska läsa informationen och följa förhållningsreglerna som anges i smittskyddsbladet: [Covid-19, information och förhållningsregler till hushållskontakter](#). Mer information finns också i [Covid-19 – lathund, provtagning av hushållskontakt som ingår i smittspårning](#).

### Detta gäller för hushållskontakten:

Hushållskontakten ska vara hemma i 5 dagar från den smittade personens symtomdebut samt följa övriga förhållningsregler enligt smittskyddsblad [Covid-19, information och förhållningsregler till hushållskontakter](#).

- Följande hushållskontakter *utan symtom* undantas från hemkarantän men ska följa övriga förhållningsregler:
  - vaccinerad med dos 3  
*eller*
  - genomgått covid-19 för mindre än 3 månader sedan.
  - om hushållskontakten är patientnära vård- och omsorgspersonal gäller arbetsgivarens regler.

- Följande hushållskontakter *med symtom* ska testa sig så snart som möjligt och stanna hemma i väntan på provsvar samt följa förhållningsregler enligt smittskyddsblad [Covid-19, information och förhållningsregler till hushållskontakter](#):
  - elev i grund- eller gymnasieskola
  - patientnära personal inom vård- och omsorg
  - personer som har ett arbete som kräver fysisk närvaro på arbetsplatsen

Om du inte har möjlighet att informera dina hushållskontakter så måste du meddela smittspåraren detta. Smittspåraren tar då över ansvaret för att informationen lämnas.

3. **Informera dina närkontakter** utanför hushållet som du har träffat med ett avstånd på mindre än två (2) meter under sammanlagt 15 minuter eller mer under din smittsamma period. Det gäller från 48 timmar innan du fick symtom och fram tills du inte längre betraktas som smittsam. Om du testades *utan* att ha symtom är det dina närkontakter från och med provtagningsdagen som ska informeras. Informera närkontakterna om att läsa och följa rekommendationerna i informationsbladet [Till dig som ingår i smittspårning som närkontakt till person med covid-19](#). Mer information finns också i [Covid-19 – lathund för närkontakt som ingår i smittspårning](#).

Om du inte har möjlighet att informera dina nära kontakter så måste du meddela smittspåraren detta. Smittspåraren tar över ansvaret för att informationen lämnas.

Läs mer om covid-19 på [Vårdguiden 1177.se](#)

#### **Fakta om covid-19**

Covid-19 är en virusinfektion som oftast ger lindriga symtom som snuva, halsont, hosta och feber, men en del blir mer allvarligt sjuka med andningsbesvär och behöver vårdas på sjukhus. Andra symtom på covid-19 kan vara muskelvärk, huvudvärk, trötthet, försämrat lukt- och smaksinne och magbesvär med bland annat diarréer.

#### **Tiden från smitta till insjuknande**

Under 14 dagar räknat från den dag du senast har utsatts för smitta kan det finnas en risk att du kan insjukna. Tiden från det att man smittas till man blir sjuk (inkubationstiden) varierar mellan 2 och 14 dagar, vanligast är 3–5 dagar.

#### **Hur smittar covid-19?**

Covid-19 smittar genom så kallad dropp- och kontaktsmitta. När en person hostar, nyser, talar, sjunger eller ropar bildas smittsamma droppar i luften. Då kan den som står nära bli smittad. När dropparna har fallit ned på ytor eller föremål kan smittämnen föras vidare därifrån, oftast via händerna. En infekterad person kan smitta andra redan 48 timmar innan symptomen börjar.