



**Gjemnes kommune**  
Legesenter/ Smittesporingsteam

**Testing:**

Du har nå testet deg for Korona-viruset. Svar på testing får du på HelseNorge sine sider:  
[www.helsenorge.no](http://www.helsenorge.no)

Det er viktig at du logger deg inn med bank ID for å få tilgang på svar.

**Karantene:**

Du er i karantene fram til du har fått svar. Hvis testen er positiv vil du bli oppringt av lege og smittesporingsteamet. Ved ugyldig test må du ta kontakt med legesenter igjen for ny testing. Har du testet negativt er karantenen opphevet, hvis du er symptomfri og ikke har fått annen beskjed.

Karantene vil si at du må være hjemme fra jobb og aktiviteter. Du skal helst ikke gå ut å handle, prøv at andre gjør det for deg. Ha minst mulig kontakt med andre. Vær ekstra nøye med hygiene, vask hendene nøye og ofte, vask kontaktflater/bad/toalett regelmessig. Ikke bruk kollektiv transport. Du kan gå / sykle en tur, men hold minimum 2 meters avstand til andre.

Når du er i karantene, så er ikke dine familiemedlemmer eller andre i samme hushold det.

Tester du deg fordi du har vært i nærkontakt med en som har testet positivt for Korona er karantenetiden til og med 10 dager etter siste nærkontakt. Dette gjelder selv om du tester negativt.

Er du usikker eller trenger mer informasjon, ta gjerne kontakt på tlf **482 92 236**.

Telefontid på dagtid hverdager. Telefonen er ikke betjent til enhver tid, men ubesvarte anrop vil bli oppringt.