

Hej bästa kursdeltagare,

Med anledning av den rådande situationen kring det smittsamma viruset Corona, covid-19/2019-nCoV, ber jag dig att beakta nedan bifogad information.

Du som får det här brevet har blivit antagen till någon av Försvarsutbildarnas kurser med kursstart under mars. Vårt ställningstagande är omsorgen om Försvarsutbildarnas kursdeltagare och kursledningar och för att säkerställa Försvarsutbildarnas fortsatta bidrag till ett säkert samhälle.

Om du har varit utomlands i något av de nedan uppräknade riskområdena de senaste 14 dagarna och har symtom som feber/hosta eller andningsbesvär och ska påbörja någon av våra kurser under de närmaste tre veckorna vill vi att du avanmäler dig för att ta upp utbildningen vid ett senare tillfälle.

Är du orolig för att du fått det nya coronaviruset?

Ring telefonnummer 1177 om du har feber, hosta eller andningsbesvär och något av följande stämmer in på dig:

- Du har under de senaste 14 dagarna varit i Kina, Hong Kong, Iran, Sydkorea eller norra Italien i regionerna Lombardiet, Piemonte, Emilia-Romagna eller Veneto, Inklusivt dessa regioners skidorter
- Du har under de senaste 14 dagarna varit i kontakt med någon som har covid-19.

Nära kontakt definieras som:

- vistelse i slutet rum eller efter kontakt ansikte-mot-ansikte, <2 meters avstånd, med 2019-nCoV-infekterad person,
- boende och/eller vistelse i samma hushåll eller motsvarande närkontakt med 2019nCoV-infekterad person,
- flygplansresa där medpassagerare är ett bekräftat fall av infektion med 2019-nCoV.

Vilka är då symtomen på smitta med det nya viruset?

Luftvägssymtom, feber och hosta. De flesta blir inte allvarligt sjuka men ett antal fall av svårare symtom har rapporterats, liksom dödsfall. Inkubationstiden för coronavirus är 2-14 dagar.

Vad kan jag göra för att undvika smitta?

En allmänt förebyggande åtgärd mot luftvägsinfektioner är att undvika att röra vid ansiktet eller ögon samt att undvika nära kontakt med sjuka människor.

Tvätta händerna ofta med tvål och varmt vatten, före måltid, mathantering och efter ett toalettbesök. Handsprit kan vara ett alternativ när du inte har möjlighet till handtvätt.

Genom att hosta och nysa i armvecket eller i en pappersnäsduk hindrar du smitta från att spridas i din omgivning eller från att förorena dina händer.

Stanna hemma när du är sjuk för att undvika att smitta människor på bussen, ditt arbete eller där du är nära andra.

Hur smittar viruset?

I nuläget vet vi att coronavirus sprids genom kontakt mellan människor eller genom hostningar och nysningar, så kallad droppsmitta.

Med vänliga hälsningar

Försvarsutbildarna



Bengt Sandström
Generalsekreterare