

## Smittskyddsläkaren Västra Götalands rekommendationer Förtydligande gällande munskydd

Antalet bekräftade fall har åter börjat öka i Västra Götaland. En uppgång med 14 procent sågs från vecka 5 till 6, och fortsatt ökning av den brittiska virusvarianten ses i stickprov. Den tidigare minskningen av antalet inlagda patienter på sjukhusen i regionen har också stannat av.

Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd om allas ansvar att förhindra smitta av covid-19, samt ytterligare regionala rekommendationer bör tillämpas av alla som bor och vistas i Västra Götaland.

- Du bör begränsa antalet nya nära kontakter genom att endast umgås med de personer som du normalt träffar. Om du träffar andra personer än de i din mindre krets, bör ni undvika att vara nära varandra. Umgås helst utomhus, men tänk på att hålla avstånd även där.
- Du bör undvika platser som exempelvis kollektivtrafik, köpcentrum och butiker om det är risk för trängsel. Välj att handla på tider när minimalt antal andra personer finns i butiken. Vistas i butiken så kort tid som möjligt, och handla helst utan medföljande sällskap.
- Avstå helst från icke nödvändiga resor. Men om du måste resa, gör det då så smittsäkert som möjligt. Du bör använda engångsmunskydd (detta gäller personer födda 2004 och tidigare) när du reser med kollektivtrafik, alltid i rusningstrafik (kl. 7–9 och kl. 16–18) men även vid andra tider så länge det råder utbredd samhällsspridning av covid-19.
- Använd engångsmunskydd i situationer där nära kontakt, under längre tid i inomhusmiljö, inte går att undvika. Observera dock att munskydd inte ersätter regeln att undvika nära kontakt och att hålla avstånd.\*
- Fortsätt arbeta hemifrån så ofta du kan. På arbetsplatser där hemarbete inte är möjligt, undvik trängsel, håll avstånd och försök träffa så få som möjligt. Det gäller även i fikarum och personalrum. Om du har luftvägssymtom, även lindriga, stanna hemma.
- Smittskydd Västra Götaland rekommenderar fortsatt undervisning inom gymnasieskolan med högst 20 procent närundervisning.

Samråd kring rekommendationer har skett med Folkhälsomyndigheten, Västra Götalandsregionen och Länsstyrelsen i Västra Götalands län och rekommendationerna gäller omedelbart och till och med 2021-03-14 med löpande omprövning utifrån epidemiologiskt läge.

Thomas Wahlberg  
Smittskyddsläkare

---

### Smittskydd Västra Götaland

Södra Älvsborgs Sjukhus  
501 82 Borås  
Tfn 010 – 441 24 00  
Fax 033 – 10 04 92

Kaserntorget 11 B  
411 18 Göteborg  
Tfn 010 – 441 24 00  
Fax 031 – 13 37 95

Skaraborgs Sjukhus  
541 85 Skövde  
Tfn 010 – 441 24 00  
Fax 0500 – 43 24 99

Uddevalla Sjukhus  
451 80 Uddevalla  
Tfn 010 – 441 24 00  
Fax 0522 – 131 82

E-post  
[smittskydd@vgregion.se](mailto:smittskydd@vgregion.se)  
Hemsida  
[www.vgregion.se/smittskydd](http://www.vgregion.se/smittskydd)

**\* Förtydligande gällande munskydd**

Detta avser inte förskola eller klassrumssituation i grund- och gymnasieskola. I skolan gäller fortfarande att munskydd bara rekommenderas i de specifika situationer då du som vuxen under längre tid inte kan hålla avstånd. I klassrumssituationen är det ofta svårt att alltid hålla avstånd och är desto svårare ju yngre barnen är. Kunskapsläget och erfarenheten blir dock allt tydligare i att barn inte är drivande i smittspridningen av covid-19, men att de naturligtvis kan smitta andra. Dock inte i sådan omfattning att generell munskyddsanvändning kan rekommenderas.

Situationer där trängsel inte kan undvikas kan framför allt uppstå i vissa miljöer på arbetsplatser. Dessa bör identifieras av alla berörda verksamheter och arbetstagare gemensamt. Rutiner för användning av munskydd, inklusive hur de bärs och hanteras, bör tas fram utifrån bedömt behov.

---

**Smittskydd Västra Götaland**

Södra Älvsborgs Sjukhus  
501 82 Borås  
Tfn 010 – 441 24 00  
Fax 033 – 10 04 92

Kaserntorget 11 B  
411 18 Göteborg  
Tfn 010 – 441 24 00  
Fax 031 – 13 37 95

Skaraborgs Sjukhus  
541 85 Skövde  
Tfn 010 – 441 24 00  
Fax 0500 – 43 24 99

Uddevalla Sjukhus  
451 80 Uddevalla  
Tfn 010 – 441 24 00  
Fax 0522 – 131 82

E-post  
[smittskydd@vgregion.se](mailto:smittskydd@vgregion.se)  
Hemsida  
[www.vgregion.se/smittskydd](http://www.vgregion.se/smittskydd)