

---

## Minnisblað

Dagsetning: 11. nóvember 2021  
Höfundur: Þórólfur Guðnason sóttvarnalæknir  
Viðtakandi: Svandís Svavarsdóttir heilbrigðisráðherra  
Málsnúmer/skjalalykill: 21011462

### Efni: Minnisblað sóttvarnalæknis um sóttvarnaaðgerðir innanlands vegna COVID-19.

---

Undanfarna daga hefur smitum af völdum COVID-19 fjölgað verulega innanlands og er óhætt að segja að faraldurinn er nú í veldisvexti. Sl. viku greindust 960 smitaðir og í gær greindust 178 manns og er það mesti daglegi fjöldi frá því að faraldurinn hófst hér á landi. Fjórtán daga nýgengi er nú komið í um 400 á 100.000 íbúa og stefnir það sömuleiðis í það mesta sem hér hefur sést.

Smitin undanfarna daga dreifast um allt land en flestir eru búsettir á Suðvestur horni landsins. Tæplega helmingur greindra voru í sóttkví við greiningu og um 60% fullbólusettir. Um 2% þeirra sem greinast þurfa að leggjast inn á sjúkrahús og eru um 50% þeirra fullbólusettir. Eins og áður þá er áhættan á smiti hjá óbólusettum um þreföld miðað við áhættuna hjá bólusettum og áhættan á innlögnum á sjúkrahús er fimmföld. Í dag eru 15 inniliggjandi á Landspítala vegna COVID-19 og þar af þrír á gjörgæsludeild, allir í öndunarvél. Á Sjúkrahúsinu á Akureyri eru nú þrír inniliggjandi vegna COVID-19 og þar af einn í öndunarvél. Í eftirlit covid-göngudeild Landspítalans eru nú tæplega 1.400 manns og í sóttkví á landinu öllu eru rúmlega 2.100.

Í dag tekur gildi ný reglugerð um takmarkanir innanlands vegna COVID-19. Þar er kveðið á um að fjöldatakmarkanir verðar færðar úr 2.000 í 500 manns, heimilt verði að halda viðburði fyrir allt að 1.500 manns að undangengnu hraðgreiningaprófi og opnunartími vínveitingastaða stytur um tvær klst. og er skylt að loka kl. 23:00 og rýma fyrir miðnætti. Þá tók gildi reglugerð nr. 1245/2021 þ. 5. nóvember sl. sem kvað á um aukna grímuskyldu frá því sem áður var.

Með vaxandi fjölda smita undanfarið þá hefur skapast mikið álag á heilbrigðiskerfið og alla innviði sem vinna að því að hefta útbreiðslu COVID-19. Landspítalinn er nú kominn á hættustigsem þýðir að veruleg breyting hefur orðið á starfsemi göngudeilda spítalans og veruleg röskun á ýmissi þjónustu. Í reglulegu eftirliti landlæknis með stöðu stofnana innan heilbrigðiskerfisins kemur fram að á Landspítala stigast mönnun á rauðu sem þýðir að mikill skortur er á starfsfólki og vinnuálag ósættanlegt þrátt fyrir að leitað hafi verið til bakvarðasveitar. Þá er fjöldi legurýma ekki fullnægjandi á Landspítala. Sömuleiðis hefur starfsemi Sjúkrahússins á Akureyri raskast vegna þeirra covid sjúklinga sem þar hafa þurft að leggjast inn og vaxandi álag þar aukist. Hið sama má segja um margar aðrar heilbrigðisstofnanir. Nú þegar hefur eftirlitsgeta covid göngudeildar Landspítalans skerst vegna vaxandi fjölda smita, starfsemi rakningateymis sóttvarnalæknis og almannavarnardeildar er í uppnámi vegna mikils fjölda smita, farsóttarhús eru að fyllast og álag á Læknavaktina og heilsugæsluna aukist vegna covid tengdra verkefna.

Því má fullyrða að sú aukning sem orðið hefur undanfarið á greiningum COVID-19 sé farin að valda alvarlegri röskun á starfsemi heilbrigðiskerfisins og á öllu eftirliti með covid smituðum einstaklingum. Því tel ég brýnt að gripið verði til samfélagslegra aðgerða sem fyrst til að komið verði í veg fyrir enn alvarlegra ástand í heilbrigðiskerfinu og þjóðfélaginu öllu. Einnig vil ég benda á að með útbreiddu smiti í samfélaginu þá mun skapast sú hætta að veikindi í fyrirtækum og atvinnurekstri mun valda verulegri röskun á allri þeirra starfsemi.

Ég tel ólíklegt að núverandi sóttvarnaaðgerðir sem tóku gildi 10. nóvember sl. muni skila þeim árangri sem vænst er til hvað varðar fækkun smita í samfélaginu.

Ég legg því harðari takmarkanir næstu vikur á meðan að viðtæku ónæmi í samfélaginu verður náð með örvunarbólusetningum sem ég tel að séu forsendan fyrir frekari tilslökunum.

Að mínu mati kemur jafnframt til greina að setja hér á enn harðari aðgerðir en hér eru boðaðar í stuttan tíma til að ná fjölda smita eins hratt niður og mögulegt er. Með því yrði mögulegt að aflétta fljótt í kjölfarið. Einnig þurfa stjórnvöld að vera tilbúin til að grípa til hertra aðgerða ef viðunandi árangur sést ekki af þeim aðgerðum sem gripið verður til. Stefnt skuli að því að 7 daga meðaltal smit verði um 50. Búast má við að um 7-10 daga taki að sjá fyrstu merki um árangur af aðgerðum.

Ég legg því til eftirfarandi sóttvarnaaðgerðir:

1. **Nýjar aðgerðir taki gildi sem fyrst og gildi í 3-4 vikur.**
2. **Hámarksfjöldi í sama rými** verði 50 manns með undanþágum sem kveðið er á um hér að neðan. Tryggt verði að blöndu einstaklinga verði ekki á milli hóla í Börn fædd 2006-2015 verði ekki undanþegin hámarksfjöldi enda sýkir delta afbrigði kórónaveirunnar börn meira en fyrr í afbrigði. Um 25% allra smita frá 1. júlí 2021 eru hjá börnum sem fædd eru 2006 og síðar. Börn fædd 2016 og síðar verði undanþegin.

Ofangreind fjöldatakmörk taki þó hvorki til alþjóðaflugvalla og -hafna né til farþegaferja innanlands eða skipa og loftfara í millilanda- eða innanlandsferðum

Viðbragðsaðilar s.s. lögregla, slökkvilið, hjálparlið almannavarna og heilbrigðisstarfsfólk t.d. vegna bólusetninga gegn COVID-19 verði undanþegið fjöldatakmörkum við störf sín. Hið sama á við Alþingi, dómstóla og ríkisstjórn.

3. **Nálægðartakmörk** verði einn metri á milli ótengdra aðila. Þar sem að ekki er hægt að viðhafa nálægðartakmörk verði skylt að nota andlitsgrímu. Reynt verði að tryggja nálægðartakmörk innandyra hjá börnum fæddum 2006-2015 í samræmi við aldur og þroska. Um 25% allra smita frá 1. júlí 2021 eru hjá börnum sem fædd eru 2006 og síðar. Nálægðartakmörk taki ekki til barna fæddum 2016 og síðar.
4. **Sund-, baðstaðir og líkamsræktarstöðvar** megi hafa opið fyrir 75% af leyfilegum hámarksfjölda gesta. Börn fædd 2016 og síðar teljist ekki með.
5. **Íþróttæfingar barna og fullorðinna** með eða án snertingar í íþróttum innan sem utan ÍsÍ verði heimilar. Hámarksfjöldi í hverju hólfu verði 50 manns. Sameiginleg búningaástaða verði opin. Gæta skal að því að búningaástaða sé þrífín og snertifletir sótthreinsaðir milli hópa. Sameiginleg áhöld verði sótthreinsaður a.m.k. tvisvar á dag og þess gætt að loftræsting sé í lagi og loftað vel út nokkrum sinnum yfir daginn.

Íþrótt- og ólympíusamband Íslands setur sérsamböndum reglur um sóttvarnir og um framkvæmd æfinga og keppna í sínum greinum í samvinnu við sóttvarnalækni. Í íþróttum sem ekki tilheyra Íþrótt- og ólympíusambandi Íslands skal setja leiðbeiningar eða fylgja sömu leiðbeiningum og sambærilegar íþróttir innan sambandsins.

Grímur verði notaðar af áhorfendum á leið inn og út af viðburði og á meðan leik stendur. Eins metra nándarregla falli niður fyrir sitjandi gesti enda beri þeir grímur. Halda skal skrá yfir gesti og sætisnúmer þeirra.

Um hámarksfjölda barna á íþróttæfingum gilda sömu fjöldatakmarkanir og í skólustarfi.

Íþróttakeppni barna og fullorðinna verði heimilar með áhorfendum 50 manns í hólfu. Heimilt verði að auka fjölda í hólfu upp í 500 manns með framvísun niðurstöðu um neikvæð hraðgreiningapróf sem tekin eru á viðurkenndum stöðum innan 48 klst. frá viðburði.

6. **Sviðslistir og kórastarf:**
  - a. Æfingar og sýningar með snertingu verði leyfðar fyrir allt að 50 starfsmenn á sviði. Grímur verði notaðar þegar því verður við komið nema þegar listflutningur fer fram.

Leitast verði við að viðhafa eins metra nándarreglu. Gætt verði að handhreinsun og sótthreinsun sameiginlegs búnaðar a.m.k. tvisvar á dag og passað að loftræsting sé í lagi. Gæta þarf sérstaklega að nándartakmörkunum og loftræstingu við kórastarf því veiran getur dreifst meira þegar sungið er.

- b. Heimilt verði að taka á móti allt að 50 sitjandi gestum í hverju hólfi og þeim gert skylt að nota grímu nema þegar neytt er drykkjar eða neysluvöru. Eins metra nándarregla fellur niður fyrir sitjandi gesti á meðan viðburði stendur. Börn fædd 2016 og síðar teljist ekki með. Hlé á sýningum verði leyfð en áhorfendur hvattir til að halda sem mest kyrru fyrir í sínum sætum. Veitinga- og áfengissala á sýningum verði ekki leyfð.
  - c. Heimilt verði að auka fjölda í hólfi á skipulögðum viðburðum upp í 500 manns með framvísun á niðurstöðum um neikvæð hraðgreiningapróf sem tekin eru á viðurkenndum stöðum innan 48 klst. frá viðburði.
  - d. Skylt verði að selja í númeruð sæti og skrá haldin yfir gesti.
7. **Verðslanir** megi taka á móti 50 manns í hverju hólfi (börn teljast með). Fyrir hverja 10 m<sup>2</sup> má bæta við fimm viðskiptavinum að hámarki 500 manns. Gæta skal að eins metra nálægðarreglu og grímuskyldu skv. reglugerð 1245/2021.
8. **Við athafnir trú- og lífsskoðunarfélaga** þ.á.m við útfarir verði að hámarki 50 gestir í hólfi; eins metra nándarregla verði tryggð sem og gestum skylt að nota grímu. Hámarksfjöldi í erfidrykkjum verði 50 manns. Heimilt verði að auka fjölda í hólfi upp í 500 manns með framvísun á niðurstöðu úr neikvæðu hraðgreiningapróf sem tekin eru á viðurkenndum stöðum innan 48 klst. frá atburði.
9. **Skemmtistaðir, krár, spilasalir og spilakassar** megi vera opnir til kl. 22 með 50 manna hámarki í rými og aðeins afgreitt í sæti. Heimilt verður að hleypa inn nýjum viðskiptavinum til kl. 22. Gætt skuli að eins metra nálægðarmörkum og skylt að hafa grímur þar sem að því verður ekki við komið. Einkasamkvæmi á stöðum með vínveitingaleyfi eftir kl. 22 verði ekki leyfð.
10. **Veitingastaðir** megi hafa opið til kl. 22 og gestir verði að hámarki 50 í rými og aðeins afgreitt í sæti. Heimilt verður að hleypa inn nýjum viðskiptavinum til kl. 22. Gætt skuli að eins metra nálægðarmörkum og skylt að hafa grímur þar sem að því verður ekki við komið. Heimilt verði að auka fjölda í hólfi upp í 500 manns með framvísun niðurstöðu um neikvæð hraðgreiningapróf sem tekin eru á viðurkenndum stöðum innan 48 klst.
11. **Leikskólar:**
- Eins metra nálægðartakmörk milli starfsfólks. Sé ekki unnt að tryggja eins metra nálægðartakmörkun milli starfsfólks skal starfsfólk nota andlitsgrímur.
  - Ekki skulu vera fleiri en 50 fullorðnir einstaklingar í hverju rými, þó er starfsmönnum heimilt að fara milli hópa.
  - Nálægðartakmörk taka ekki til barna á leikskólaaldri.
  - Viðvera foreldra sem dvelja inni á leikskóla vegna aðlögunar skal skipulögð þannig að þeir þurfi ekki að nota hreinlætis- eða mataraðstöðu í byggingunni og skulu þeir gæta að minnst eins metra nálægðartakmörkun jafnt sín á milli sem og gagnvart starfsfólki.
  - Aðeins eitt foreldri fylgi barni í aðlögun og skal það vera sama foreldrið sem fylgir barninu allt aðlögunartímabilið.
  - Stjórnendum leikskóla er heimilt að krefja foreldra um að nota andlitsgrímur.
  - Aðrir en starfsmenn sem koma inn á leikskóla, svo sem starfsfólk skólalþjónustu sveitarfélaga og vegna vöruflutninga, skulu gæta að eins metra nálægðartakmörkun og bera andlitsgrímur.
  - Ráðstafanir skulu gerðar til að þrifa og sótthreinsa byggingar eftir hvern dag og milli hópa í sama rými.
  - Skipulagt íþrótt-, æskulýðs- og tómstundastarf barna á leikskólaaldri er heimilt.

12. **Grunnskólar:**

- Fjöldatakmörk fyrir nemendur í hverju rými innandyra verði 50 nemendur á öllum aldurstigum grunnskóla.
- Fjöldatakmörk fyrir fullorðna í hólfum verði 50 manns.
- Nemendur í 1-4. bekk verði undanþegnir eins metra nálægðarmörkum sem og grímuskyldu.
- Fyrir nemendur í 5-10. bekk og fullorðna gildi eins metra nálægðarmörk.
- Félagsmiðstöðvar falli undir viðmið um íþrótt-, æskulýðs- og tómstundastarf.

### 13. Framhaldsskólar:

- Fjöldamörk í hverju rými verði 50 alls og gætt verði að eins metra nándarreglu. Ef ekki er unnt að viðhalda eins metra nándarreglu verði skylt að nota andlitsgrímu. Heimilt er þó að taka niður grímu eftir að sest hefur verið.
- Umraða megi í hópum milli kennslutíma og lesaðstöðu en sóttreinsað sé milli hópa. Blöndun hópa verði heimil en aldrei fleiri en 50 manns í rými.

### 14. Háskólar:

- Fjöldatakmörk í hverju rými verði 50 manns með eins metra nálægðarreglu. Skylt verði að nota grímu ef ekki er hægt að viðhafa eins metra nálægðarmörk.
- Heimilt verði að hafa opin lestrarrými fyrir allt að 50 manns í vel loftræstum hólfum á meðan próftaka og prófundirbúningur fer fram. Gætt skal að eins metra nálægðarreglu og almennum sóttvörnum.

### 15. Grímunotkun:

Grímunotkun verði almennt samkvæmt reglugerð nr. 1245/2021. Börn fædd 2016 og síðar verði undanþegin grímuskyldu. Grímunotkun hjá börnum fæddum 2006-2015 verði í samræmi við aldur og þroska.