

# Smittevernråd for reise og innreisekarantene ved ankomst til Norge

Publisert 08.02.2020 Oppdatert 07.08.2020

Karanteneregler og råd for smittevern ved reise oppdateres fortløpende. Spesielt før en utenlandsreise er det viktig at du både setter deg inn i hvilke regler som gjelder i det landet du reiser til, og hvilke regler som gjelder når du kommer tilbake til Norge. Ta høyde for at anbefalinger om reise kan endres raskt.

Alle som ankommer Norge fra utlandet, med unntak av gitte områder i Europa med tilstrekkelig lav smittespredning (se kart og tabell nedenfor), skal være i hjemmekarantene i 10 dager. Hvilke land/områder som er unntatt karanteneplikten, vil kunne endre seg raskt, og oversikten blir oppdatert minst hver 14. dag.

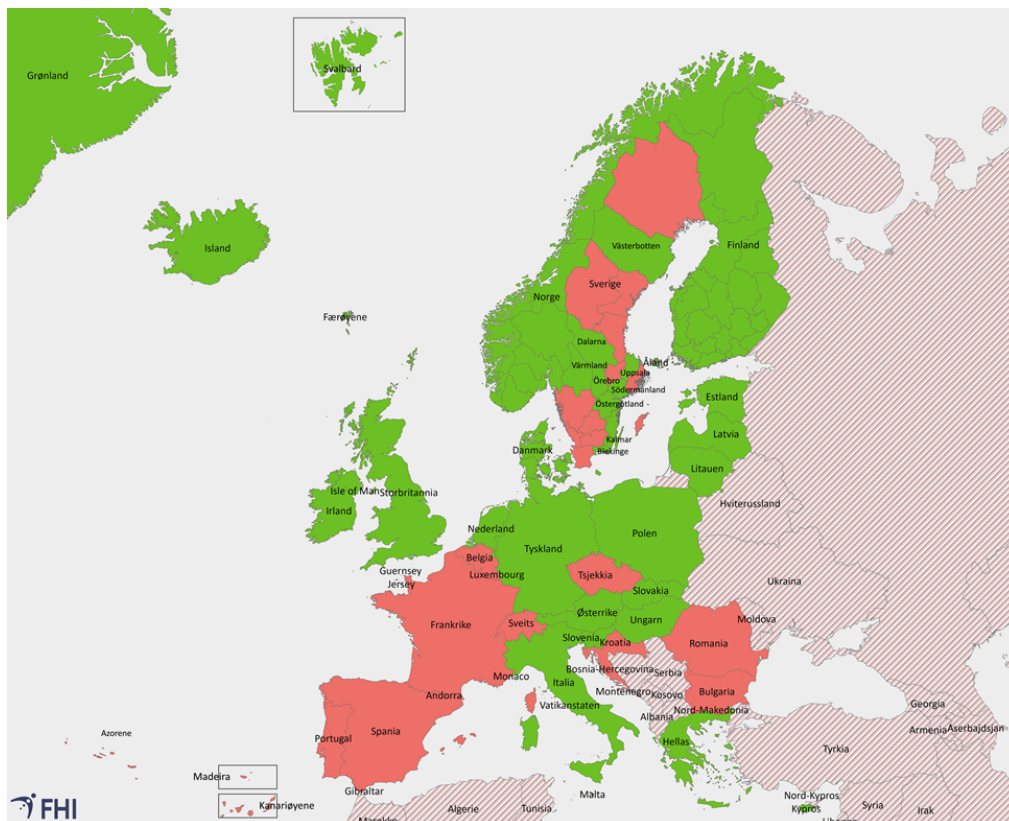
## Land og områder med tilstrekkelig lav smittespredning

Regjeringen har besluttet at det fra 15. juni 2020 er unntak fra karanteneplikten ved reiser i Norden ved innreise fra regioner og land som har tilstrekkelig lav smittespredning. Fra 15. juli gis det også unntak fra områder i EU/EØS/Schengen ved innreise til Norge fra regioner og land som har tilstrekkelig lav smittespredning. Disse områdene er markert med grønt i kartet nedenfor og oppdateres minst hver 14. dag.

Det er regjeringen som vedtar reiserådene. Iverksettelse av oppdaterte reiseråd vil gjelde tidligst dagen etter nytt vedtak i regjeringen. Eksempel: Hvis vedtak om oppdatert landliste og kart gjøres av regjeringen på en torsdag, vil rådene være gjeldende fra kl 00.00 fredagen i samme uke.

**Ansatte i helsetjenesten**, inklusive nyansatte og vikarer som i løpet av siste 10 dager har vært i regioner og land utenfor Norge som ikke er omfattet av karanteneplikt ("grønne" områder/land), bør informere arbeidsgiveren før de skal tilbake på jobb. Det anbefales at disse så snart som mulig testes én gang for SARS-CoV-2, og at de ikke har pasientnært arbeid før negativ test foreligger. For ansatte som *ikke* har pasientnært arbeid, og som i løpet av de siste 10 dagene har vært i "grønne" områder/land, kan det gjøres en lokal vurdering av arbeidsgiver om disse kan gjeninntre/tiltre i jobb uten testing. For røde regioner og land gjelder karanteneplikt.

Områder som er omfattet av karantene ved innreise til Norge **fra 8. august 2020:**



Områder som er omfattet av karantene ved innreise til Norge fra 8. august 2020. Rød farge = høy smittepress og karantene kreves ved innreise til Norge. Grønn farge = lavere smittepress og karantene kreves ikke ved innreise til Norge. Skravert farge = ikke tilstrekkelig data om smittepress, karantene kreves. Illustrasjon: Folkehelseinstituttet

Dersom du kommer til Norge fra:

- Et "grønt område", slipper du karantene.
- Et "rødt område", må du i karantene.
- Et "skravert område", må du i karantene. Skravert område er foreløpig ikke vurdert. Inntil videre må du i karantene hvis du kommer til Norge fra disse landene.

I "grønne områder" er smittepresset vurdert å være så lavt at vi kan krysse grensene inn til Norge uten innreisekarantene. I området merket med rød farge er smittepresset høyere. Dersom du kommer fra et slikt område, må du i reisekarantene. Ved ankomst til landet bør du dra rett til egnet sted for å gjennomføre karantenen, fortrinnsvis med egen transport. Hvis du blir nødt til å oppholde deg på et offentlig sted eller ta offentlig transport, bør du ha på munnbind til du er framme.

## Tabell med regioner i Norden og land i EU/EØS/Schengen med status for innreisekarantene gjeldende fra 8. august 2020

Tabellen er oppdatert med regler som gjelder fra 1. august 2020. Tallgrunnlaget fins i egne notater om smittesituasjonen i Europa, se pdf-dokumenter nederst på denne siden.

- I "grønne<sup>1</sup>" områder er smittepresset vurdert å være så lavt at vi kan krysse grensene inn til Norge uten innreisekarantene.
- I området merket med rød<sup>2</sup> farge er smittepresset høyere. Dersom du kommer fra et slikt område, må du i reisekarantene.

Land	Region
<b>Danmark</b>	Hovedstaden <sup>1</sup>
	Midtjylland <sup>1</sup>
	Nordjylland <sup>1</sup>
	Sjælland <sup>1</sup>
	Syddanmark <sup>1</sup>
	Grønland <sup>1</sup>
	Færøyene <sup>1</sup>
<b>Sverige</b>	Blekinge <sup>1</sup>
	Dalarna <sup>1</sup>
	Gotland <sup>2</sup>
	Gävleborg <sup>2</sup>
	Halland <sup>2</sup>
	Jämtland Härjedalen <sup>2</sup>
	Jönköping <sup>2</sup>
	Kalmar <sup>1</sup>
	Kronoberg <sup>2</sup>
	Norrbotten <sup>2</sup>
	Skåne <sup>2</sup>
	Stockholm <sup>2</sup>
	Södermanland <sup>1</sup>
	Uppsala <sup>1</sup>
	Värmland <sup>1</sup>
Västerbotten <sup>1</sup>	

Land	Region
	Västernorrland <sup>2</sup>
	Västmanland <sup>2</sup>
	Västra Götaland <sup>2</sup>
	Örebro <sup>1</sup>
	Östergötland <sup>1</sup>
<b>Finland</b>	Åland <sup>1</sup>
	Varsinais-Suomi Hospital District, Southwest Finland <sup>1</sup>
	Satakunta Hospital District, Satakunta <sup>1</sup>
	Kanta-Häme Hospital District, Kanta-Häme <sup>1</sup>
	Pirkanmaa Hospital District, Pirkanmaa <sup>1</sup>
	Päijät-Häme Hospital District, Päijät-Häme <sup>1</sup>
	Kymenlaakso Hospital District, Kymenlaakso <sup>1</sup>
	South Karelia Hospital District, South Karelia <sup>1</sup>
	Etelä-Savo Hospital District, South Savo <sup>1</sup>
	Itä-Savo Hospital District, South/North Savo <sup>1</sup>
	North Karelia Hospital District, North Karelia <sup>1</sup>
	Pohjois-Savo Hospital District, North Savo <sup>1</sup>

Land	Region
	Central Finland Hospital District, Central Finland <sup>1</sup>
	South Ostrobothnia Hospital District, South Ostrobothnia <sup>1</sup>
	Vaasa Hospital District, Ostrobothnia <sup>1</sup>
	Central Ostrobothnia Hospital District, Central Ostrobothnia <sup>1</sup>
	North Ostrobothnia Hospital District, North Ostrobothnia <sup>1</sup>
	Kainuu Hospital District, Kainuu <sup>1</sup>
	Länsi-Pohja Hospital District, Lappi <sup>1</sup>
	Lappi Hospital District, Lappi <sup>1</sup>
	Helsinki and Uusimaa Hospital District, Uusimaa <sup>1</sup>
<b>Island</b>	Greater Reykjavík <sup>1</sup>
	Suðurnes Peninsula <sup>1</sup>
	South Iceland <sup>1</sup>
	East Iceland <sup>1</sup>
	Northeast Iceland <sup>1</sup>
	Northwest Iceland <sup>1</sup>
	West Fjords <sup>1</sup>
	West Iceland <sup>1</sup>

I "grønne"<sup>1</sup> land er smittepresset vurdert å være så lavt at vi kan krysse grensene inn til Norge uten innreisekarantene.

I "røde<sup>2</sup>" land er smittepresset høyere. Dersom du kommer fra et slikt land, må du i innreisekarantene.

**Land i EU/EØS/Schengen utenom Norden og status for innreisekarantene**

Andorra <sup>2</sup>
Belgia <sup>2</sup>
Bulgaria <sup>2</sup>
Kroatia <sup>2</sup>
Kypros <sup>1</sup>
Tsjekkia <sup>2</sup>
Estland <sup>1</sup>
Frankrike <sup>2</sup>
Tyskland <sup>1</sup>
Hellas <sup>1</sup>
Irland <sup>1</sup>
Italia <sup>1</sup>
Latvia <sup>1</sup>
Liechtenstein <sup>1</sup>
Litauen <sup>1</sup>
Luxembourg <sup>2</sup>
Malta <sup>1</sup>
Monaco <sup>2</sup>
Nederland <sup>1</sup>
Polen <sup>1</sup>
Portugal <sup>2</sup>
Romania <sup>2</sup>
Slovakia <sup>1</sup>



Slovenia <sup>1</sup>
Spania <sup>2</sup>
Storbritannia <sup>1</sup>
Sveits <sup>2</sup>
Ungarn <sup>1</sup>
Østerrike <sup>1</sup>

## Kriterier for vurdering - EU/EØS/Schengen-området

Det er unntak fra innreisekarantene for reisende fra land i EU-, EØS- og Schengen-området:

- med færre enn 20 bekreftede tilfeller per 100 000 innbyggere de siste to uker (vurdert på landnivå) og i gjennomsnitt mindre enn 5 % positive prøver de siste to ukene.
- I tillegg gjøres en helhetsvurdering av landene, basert på trender i smittetallene, og annen relevant informasjon.

Vurderingen kan gjøres på regionnivå når det er mulig for helsemyndighetene å gjøre gode og helhetlige smittevern faglige vurderinger om smittepresset i enkeltregioner. Per nå gjelder dette kun for nordiske land.

## Oversjøiske regioner

De oversjøiske regionene omfattes ikke av reiserådene knyttet til land i EU/EØS/Schengen. Disse regionene er underlagt de samme innreiserestriksjonene og karantenerreglene som de øvrige tredjeland. Eksempler på oversjøiske regioner er landområder i Karibia og Nord-Afrika som styres av Schengen-land, uten at de dermed tilhører Schengen-området.

## Unntak fra karanteneplikten ved arbeidsreiser

For arbeidsreisende fra land i EU/EØS/Schengen som ikke har tilstrekkelig lav smittespredning ("røde land") kan det gjøres unntak fra karantenekravet. Se mer om hvem dette gjelder, og hvordan oppfølging og testing skal gjøres:

- [Unntak fra karanteneplikten](#)

Anbefalinger for helsepersonell, se ovenfor.

## Råd før du reiser til utlandet

Sett deg inn i karanteneregler som gjelder for innreisen når du kommer tilbake til Norge.

Utenriksdepartementet fraråder alle reiser som ikke er strengt nødvendige til alle land.

Tiltak og restriksjoner for å hindre smitte av covid-19 er innført i mange land, for eksempel transportrestriksjoner, karanteneordninger eller andre tiltak som kan få konsekvenser for den reisende. Reisende må også være forberedt på å måtte svare på spørsmål om egen helse og kunne bli nektet innreise eller satt i karantene.

**Smittesituasjonen kan endre seg raskt, og før reiser til utlandet bør du ta høyde for at det kan være lokale utbrudd av covid-19, eller at det kan oppstå utbrudd mens du er på reise.**

Som ledd i forberedelsene bør du sjekke lokale myndigheters råd dit du skal, hva reiseforsikringen dekker, inkludert hva som gjelder hvis du blir syk på reisen.

Før reisen bør du bl.a vurdere følgende:

- Risikoen for å bli smittet på reisen (reisemål, varighet, kontakt med andre mennesker).
- Risikoen for å komme ut for reiserestriksjoner, portforbud, karantene eller andre tiltak i landet man reiser til.
- Risikoen for kapasitetsmangler i helsetjenesten på reisemålet dersom du skulle bli syk.
- Risikoen for manglende mulighet for hjemreise eller hjemsendelse dersom du skulle bli syk.
- Risikoen for at du må karantene i Norge etter reisen.
- Risikoen for at du ikke får jobbe de 10 første dagene etter reisen.

## Spørsmål og svar om reiser og karantene

Karantenereglene har hjemmel i [Forskriften om smitteverntiltak ved koronautbrudd, paragraf 5: karanteneplikt ved ankomst til Norge](#) (lovdata.no)

Spesielt for deg som planlegger reise:

- [Utenriksdepartementet](#) har blant annet en alfabetisk liste over alle land og hvilke regler som gjelder når du reiser til og oppholder deg i landet.
- [Spørsmål-svar-side for EU-borgere som befinner seg utenfor Norge](#) (engelsk) - Utenriksdepartementet

Vanlige spørsmål om karantene:

- [Koronasituasjonen: Spørsmål og svar om karantene](#) - regjeringen.no

- [Tilpasning og unntak fra karantene, blant annet for enkelte arbeidstakere](#) - fhi.no
- [Informasjonsmaterieell for reisende som kommer til Norge](#) - lenke til materiell, plakater o.l.

Telefontjeneste og chat:

- Se chat-tjeneste på [helsenorge.no](#)
- Informasjonstelefonen i Helsedirektoratet 815 55 015 er åpen hverdager 08.00-15:30.

Se også:

- [helsenorge.no - generell informasjon om koronavirus](#)
- [Avstand, karantene og isolering](#) - om smittevern og karantene, inkludert omtale av egnet sted for karantene (fhi.no)
- [Generelle reiseråd og behovet for vaksiner](#) mot andre smittsomme sykdommer.

Internasjonalt:

- [Re-open EU](#) (engelsk) - Reiseregler for ulike land i EU og Schengen-området
- [Det europeiske smitteverninstituttets nettsider](#) (ecdc.europa.eu)

## Reise og ferie i Norge

### Offentlig transport i Norge

Ved offentlig transport samles ofte mange mennesker på samme sted, og det vil kunne være vanskelig å holde tilstrekkelig avstand. Det er derfor anbefalt å begrense bruk av offentlig transport. Husk også at personer som er i hjemmekarantene etter nærkontakt med smittet person ikke skal reise med offentlig transport.

### Bading, strandliv og friluftsliv i Norge

Ved bading i fersk- eller saltvann er det ingen risiko for å bli smittet med covid-19 fra badevannet. Det er derimot viktig med god hygiene og å holde avstand til andre enn dine nærmeste. Forsøk å finne strender og badeplasser hvor det ikke er for mange andre.

Ved utendørsaktiviteter som telttur, fottur, sykling, riding og annet gjelder de generelle rådene for smittevern.

Camping, gårdsferie og andre typer opplevelsesferie innenlands kan gjennomføres så lenge du følger generelle smitteverntiltak.

- [Råd for basseng og innendørs badeanlegg.](#)

- [Råd for reiselivsbransjen](#)

## Smittevernråd for reiser

De generelle rådene for smittevern er:

1. Syke personer skal holde seg hjemme
2. God hygiene
3. Redusert kontakt mellom personer, og hold minst 1 meter avstand til andre enn dine nærmeste

Reiser der du stort sett er sammen med egne familiemedlemmer eller andre du allerede ville vært i kontakt med på hjemstedet, utgjør mindre fare for smittespredning. Tenk over hva du skal gjøre dersom du blir syk og må isolere deg, eller dersom du må i karantene. Husk reiseforsikring og undersøk på forhånd om denne gjelder dit du skal reise.

Det er et godt råd å planlegge reiser med tanke på å unngå smittespredning mellom steder, for eksempel ved å begrense reiser hvor det legges opp til nær kontakt med et stort antall mennesker, kanskje på mange forskjellige steder.

Studenter og andre som oppholder seg i områder med vedvarende smittespredning over en lengre periode, bør følge råd fra det norske utenriksdepartementet, lokale helsemyndigheter og utdanningsinstitusjonen/arbeidsgiver.

- [Råd til universiteter, fagskoler og andre utdanningsinstitusjoner](#)

## Reiseråd for risikogrupper og deres pårørende

Smittevernråd, for personer i risikogrupper og forklaring på hvem som har litt økt risiko, og hvem som har mer forhøyet risiko for smitte er omtalt i [artikkelen om risikogrupper og deres pårørende](#).

I mange situasjoner kan også personer i risikogruppene planlegge reise med barn, barnebarn, eller andre nære som man vanligvis ikke er sammen med, på en måte som minimerer risikoen for smitte.

Råd:

- Når det er lite smitte i samfunnet, kan personer med lett forhøyet risiko reise. De bør imidlertid være ekstra oppmerksomme på de generelle smitteverntiltakene.
- For personer med klart forhøyet risiko må det gjøres en individuell vurdering av om reise bør gjennomføres, og av hvem de kan reise med.
- Dersom det er økt smitte i et område/land, bør de med lett forhøyet risiko vurdere om de skal dra på ferie-/fritidsreise dit, mens personer med høyere risiko for alvorlig forløp bør

unngå alle reiser til steder der det er økt smitte i samfunnet.

- I tillegg til rådene som står ovenfor, bør du som risikoperson spesielt vurdere hvor tett du vil være på andre i reisefølget som du normalt ikke har nærkontakt med, hvor mange du vil reise sammen med og om det er mulig å ha separate soverom og toalett på reisen.

## Informasjon for befolkningen

Informasjon og råd om koronaviruset: [vår temaside](#) og [helsenorge.no](https://helsenorge.no)

Informasjonstelefon for koronaspørsmål: 815 55 015 (hverdager 08-15.30)

Spørsmål om appen Smittestopp: 23 32 70 00

Ved behov for akutt helsehjelp, ring fastlegen. Får du ikke kontakt med fastlegen, ring legevakt på 116 117. Ved fare for liv og helse, ring 113.

## Om artikkelen / endringshistorikk

### HISTORIKK

**07.08.2020:** Lagt til setning om at man bør du dra rett til egnet sted for å gjennomføre karantenen, fortrinnsvis med egen transport. Hvis du blir nødt til å oppholde seg på et offentlig sted eller ta offentlig transport, bør du ha på munnbind til du er framme.

**06.08.2020:** Oppdatert kart og tabell knyttet til innreisekarantene. I Sverige er Uppsala, Södermanland, Dalarna og Västerbotten gått fra rødt til grønt, Kronoberg og Skåne fra Grønt til rødt. I Europa er Frankrike, Monaco, Sveits og Tsjekia endret fra grønt til rødt.

**1.-4. aug 2020:** Lenker oppdatert. Avsnitt om helsepersonell endret: Testing anbefales for alt helsepersonell som har vært i "grønne" områder utenfor Norge. Arbeidsgiver kan imidlertid vurdere om testing trengs dersom den ansatte ikke har pasientnært arbeid. Tidligere versjon: testing ikke nødvendig hvis man kom fra grønne områder i Norden, inkludert Sverige.

**30.07.2020:** Nytt kart. Endring: Belgia er merket rødt og er omfattet av innreisekarantene.

**24.07.2020:** Utført mindre redigeringer som ikke endrer innholdet. Oppdatert kart og tabell for røde og grønne regioner og land.

**22.07.2020:** Presisering av testing x1 for helsepersonell med pasientnært arbeid som i løpet av siste 10 dager har oppholdt seg i, eller vært på reise i «grønne» regioner og land utenom Norden, og at ved reiser i grønne regioner og land i Norden trengs det ikke testing av helsepersonell.

**20.07.2020:** Avsnitt om unntak fra karanteneplikten. Mindre redigering som ikke endrer meningsinnhold.

**20.07.2020:** Avsnitt om helsepersonell endret fra: «For helsepersonell som har arbeidet i helsetjenesten i utlandet og som skal arbeide i helsetjenesten i Norge, bør virksomheten kartlegge mulig eksponering for SARS-CoV-2, og vurdere tiltak for å redusere smitterisikoen».

til: «Helsepersonell som i løpet av siste 10 dager har vært i "røde" regioner og land, omfattes av karanteneplikt. Helsepersonell med pasientnært arbeid som i løpet av siste 10 dager har vært på reise i "grønne" regioner og land utenom Norden som ikke omfattes av karanteneplikt, bør informere arbeidsgiver før de skal gjeninntre/tiltre i jobb. Disse ansatte bør testes for SARS-CoV-2 og ikke ha pasientnært arbeid før negativ test foreligger.»

**16.07.20:** Lagt inn nytt avsnitt om oversjøiske områder som styres av Schengenland, men ikke omfattes av Schengenområdet.

Ny tekst inn om oppdatering av kart/ land: "Det er regjeringen som vedtar reiserådene. Iverksettelse av oppdaterte reiseråd vil gjelde tidligst dagen etter nytt vedtak i regjeringen. Eksempel: Hvis vedtak om oppdatert landliste og kart gjøres av regjeringen på en torsdag vil rådene være gjeldende fra fredagen av i samme uke".

**13.07.20:** Tatt bort et komma og lagt til at det er regjeringen som har besluttet unntak fra karanteneplikt i første avsnitt under "Områder med tilstrekkelig lav smittespredning". Fjernet setningen i tabellfeltet om at "Oversikten gjelder ferie- og fritidsreiser".

**10.07.20:** Kl. 18:00 Presisert karantenerregler ved arbeidsreiser. Kl 19:00 Oppdatert kart

**10.07.20:** Endret rekkefølgen på avsnittene, oppdatert avsnittet om kriterier og avsnittet om karantenerregler når du kommer til Norge fra utlandet.

**29.06.20:** Rettet skrivefeil i faktaboks for regioner og kriterier for innreise, fra "norske land" til "nordiske land".

**25.06.20:** Lagt til informasjon om at regjeringen kommer med nye innreiseråd for land Europa 15. juli.

**24.06.20:** Lagt til avsnitt om "Arbeidsreiser fra Schengen og EØS" under avsnittet "Unntak fra karanteneplikten".

**22.06.20:** Lagt inn setning som presiserer at karantenen for personer som kommer til Norge fra utlandet innebærer samme tiltak som for nærkontakter som må i karantene. Samt overskrift som presiserer at arbeidsreiser i Norden går inn under "Unntak fra karanteneplikten"

**18.6.20:** Redigert for å tydeliggjøre hva som er regler for innreise til Norge, og hvor man finner regler for innreise til andre land.

**12.06.20:** Det er tatt inn at man etter 15. juni tillates å krysse grensene inn til Norge uten innreisekarantene etter reise i områder i Norden som er vurdert å ha lav smitteforekomst. Kart og tabell med oversikt over hvilke områder i Norden som er unntatt innreisekarantene, oppdateres

hver 14. dag. Kriterier for vurdering av hvilke områder i Norden som kan unntas innreisekarantene.

**03.06.20:** Oppdatert avsnitt om "Karantene for personer som ankommer Norge fra utlandet" med Danmark, Island, Færøyene, Grønland og Åland som land som er unntatt fra karantene. Og lagt til følgende: Unntaket fra karanteneplikt gjelder ikke for personer som er på gjennomreise fra land som ikke er nevnt her.

**29.05.20:** Lagt inn lenk til regjeringens pressemelding om reiseråd til Danmark fom 15. juni.

**28.05.20:** Lagt inn lenk til regneringen.no til nyhet om karantene-regler for arbeidsreiser til og fra alle de nordiske landene.

**15.05.20:** Endret punkt 3 i avsnittet "Innenlandsreiser" fra "Redusert kontakt mellom personer, og hold minst 1 meter avstand til de du ikke bor med" til "Redusert kontakt mellom personer, og hold minst 1 meter avstand til andre enn dine nærmeste"

**15.05.20:** I lys av en forbedret smittesituasjon er det generelle rådet om å redusere ferie- og fritidsreiser i Norge nå lettet på. Ferie- og fritidsreiser i Norge kan nå foretas så sant du reiser på en måte så du unngår å spre smitte.

**08.05.20:** Regler om karantene er endret med varighet redusert fra 14 til 10 dager. Oppdatert i artikkelen.

**05.05.20:** Oppdatert tekst om innenlands fritidsreiser i henhold til gjeldende råd fra 21. april og inntil videre.

**15.04.20:** Tatt ut setning om at norske myndigheters råd om å unngå alle unødvendige reiser i første omgang gjelder til 14. april. Per 15.04.20 gjelder rådet om å unngå reiser inntil videre.

**23.03.20:** Tatt ut avsnitt Råd om hjemmekarantene for alle etter reise i land som er omfattet av karantenebestemmelsene. Karantenebestemmelsene er omtalt i annet avsnitt i artikkelen.

**16.3.20:** Oppdatert avsnitt om råd før reise. I avsnitt om hjemmekarantene etter reise lagt til informasjon om syv dager.

**15.3.20:** Avsnitt om bestemmelser for ulike land fjernet. Erstattet med avsnitt fra regjeringen.no og lenke. Gjelder Sverige og Finland.

**14.03.20:** Nytt avsnitt om "Råd om å unngå ikke strengt nødvendige reiser til alle land". Fjernet avsnitt "Råd om å unngå reiser til områder med utbredt smittespredning" og "Råd for reiser til andre områder med smittespredning". Endret lenker til Utenriksdepartementets sider med oppdaterte råd pr. 14.03.20.

**12.03.20:** Endret avsnittet Råd etter reisen til Råd om hjemmekarantene for alle etter reise utenom Norden. Lagt inn informasjon om at alle som har vært på reise utenom Norden skal i hjemmekarantene 14 dager etter hjemkomst, uavhengig av om de har symptomer eller ikke. Dette har tilbakevirkende kraft regnet fra 27. februar.

**08.03.20:** Oppdaterte smittevernråd for reise: FHI's råder til å ikke reise til områder med utbredt smittespredning. Disse områdene er beskrevet på siden 'Områder med spredning av covid-19'. UD fraråder reiser som ikke er strengt nødvendige til utbruddsområder med utbredt smittespredning. Under 'Råd etter reisen' endret fra områder med vedvarende spredning til områder med utbredt spredning.

**07.03.20:** Helsedirektoratet har lørdag 7. mars besluttet utvidelse av anbefalinger om hvem som skal være i karantene. Som følge av dette er disse endringene gjort under overskriften "Råd etter reiser": Tekst om nye anbefalinger lagt inn som erstatning for anbefalinger om reise hjem fra Hubei-provinsen i Kina, og sletting av anbefalinger til ansatte i helsetjenesten.

**06.03.20:** Tekstlig justering

**04.03.20:**

Endret tittel på artikkelen fra "Reiseråd nytt koronavirus (coronavirus)" til "Smittevernråd ved reise, nytt koronavirus (covid-19)".

**03.03.20:**

Korrigert dato fra 2. mars 2020 til 3. mars 2020 i første setning i siste avsnitt under deloverskriften "Fraråder reise til områder med utbredt smittespredning".

**28.02.20:** Lagt på infoboks om informasjonstelefon til publikum

**25.02.20:**

Lagt inn råd for områder med pågående smittespredning, og revidert forebyggende råd på reisen.

**17.02.20:**

Endret reiseråd i tråd med UD: "Videre fraråder norske myndigheter ved Utenriksdepartementet reiser som ikke er strengt nødvendige til fastlands-Kina på grunn av effekten spredningen av koronaviruset har på samfunnet i Kina generelt. Situasjonen vurderes fortløpende." (fjernet Zhejiang og utvidet til fastlands-Kina for reiser som ikke er strengt tatt nødvendige).

**13.02.20:**

Endret all tekst under "Råd etter reise" fra "Personer som utvikler tegn på luftveisinfeksjon i løpet av de første 14 dagene etter hjemkomst fra områder med vedvarende smittespredning, bør kontakte lege med tanke på koronavirus. Tegn på luftveisinfeksjon kan være feber, hoste, brystmerter, pustevansker. Informer legen om hvor og når du har vært på reise"

Ny tekst under dette avsnittet er: "Hvis du har kommet hjem fra et område med vedvarende smittespredning i løpet av de siste 14 dagene, og du får symptomer på luftveisinfeksjon (feber, hoste, brystmerter eller pustevansker), ber vi deg straks holde deg innendørs og unngå nærkontakt med andre mennesker samt ringe fastlegen eller legevakta (116 117) og fortelle om din reise og dine symptomer.

Vi ber personer som kommer hjem fra Hubei-provinsen (med Wuhan by) i Kina, være særlig årvåkne og gjerne redusere sosial omgang de 14 første dagene etter hjemkomst."



**13.02.2020:**

Lagt inn nytt reiseråd og endret første del av artikkelen med nytt avsnitt "Fraråder reise til Hubei-provinsen og ikke-nødvendige reiser til Zhejiang i Kina".

**12.02.2020:**

Endret navn på viruset fra 2019-nCoV til covid-19

**FAKTA**

## Koronavirus

SARS-CoV-2 er viruset som forårsaker utbruddet av sykdommen covid-19.

Viruset er i slekt med et annet koronavirus som var årsaken til utbruddet av SARS-epidemien i 2002/2003, men er ikke det samme viruset.