

Strategi for begrensing av koronavirus-smitte i Fjellregionen.

Det har vorte juni. Sommaren er her omsider. For berre 2 små månader sidan frykta vi at vi no skulle være midt oppe i ein verdensomspennade pandemi av koronavirus. Vi trudde at mange var sjuke samtidig, det skulle være ei enorm belastning på helsevesenet og vi måtte regne med at epidemien i Norge var ein alvorlig trussel den eldre befolkninga i landet.

Staten bestilte i slutten av mars inn 1000 naud-respiratorar, og lokalt vart det lagt planar for interkommunal koronaavdeling for å halde smittsomme pasientar i kommunen borte frå institusjonar der andre sårbare budde.

Heldigvis vart desse prognosane feil så langt. Å bekjempe ein epidemi har så langt synt seg å være lettare i 2020 enn for 100 år sidan då noko liknande inntraff. Sterke smitteverntiltak, og etterlevelse av smittevernråda frå staten klarte å presse epidemien tilbake. Vi såg rett nok allerede i mars at dette var mulig i Kina, men at frie, demokratiske Norge skulle få dette til turte vi ikkje å håpe på.

Derfor stålsatte vi oss og forberedte oss på det verste. Å være fri og demokratisk var heldigvis ingen ulempe. Nordmenn heldt så til dei grader hovudet kaldt og hjertet varmt. Gradvis såg vi at epidemien bremsa opp og snudde. To meter vart til ein meter, og ungane kunne starte i barnehagar og skular.

Oppmjukninga av smitteverntiltaka og eit gradvis meir normalt samfunn vil kunne fortsette. Men trusselen av koronavirus er ikkje over, og vil ligge der til vi finn ei vaksine eller noko anna som gjer at viruset blir mindre farlig.

Det har også kome mykje ny kunnskap om koronaviruset. Antistofftesting gjer det mulig å måle kor stor del av befolkninga som har gjennomgått infeksjon med koronavirus. I Norge er det svært få (under 1%), men også i områder som har hatt store tap og vore hardt ramma er tallet lågt (5-7% i Spania, under 10% i Stockholm). Dette fortel oss at alvorligheita av infeksjoner er så stor at det å satse på at infeksjonen gradvis går gjennom befolkninga og gir flokkimmunitet er ein strategi som blir altfor kostbar målt i konsekvensar for helse, velferd og samfunn.

Dette er strategien:

Vi venter på ei vaksine eller noko som revolusjonerar behandlinga av koronavirus. Det vil ta lang tid, perspektivet er trulig eit år. Kanskje lengre. I mellomtida håper vi å halde smitte av koronavirus borte så langt det går. Det er sannsynlig at det i kommune-Norge vil komme lokale utbrudd av koronavirus, men vi håper ved å teste, isolere, smittespore og sette nærkontakter i karantene at utbruddene kan slås ned fort og effektivt. Derfor er det også viktig at statens smittevernråd følges (håndhygiene, unngå kontakt med andre når sjuk og holde avstand) slik at utbruddene (om,og når dei skulle komme) blir så små som mulig. Vi må også regne med at grunnleggande smitteverntiltak må bestå i samfunnet, og særlig i helsetjenesten. Skulle eit utbrudd være vanskelig å stoppe kan meir inngripande tiltak enn dette benyttes, men vi håper det ikkje blir nødvendig. Vi håper at vi skal kunne leve så normalt som mulig innanfor desse rammene. For at dette skal være mulig håper vi alle kan hjelpe til.

Om det etterkvart vil komme ei ny stor smittebølge er vanskelig å spå. Det er lov å håpe at det ikkje vil skje. Uansett har vi her eit verktoy som kan stoppe smitten tidlig, og som no har ein heilt anna kapasitet enn i vinter då epidemien braut ut.

Om vi blir mindre flinke til å følge smittevernråda eller åpner grensene og reiser til områder med større forekomst av koronavirus vil faren for smittebølge øke igjen.

Kommunelegane i Fjellregionen overvåker også grensekommunane våre og Sverige. Når vi skriv dette er epidemien i Sverige i ferd med å bre seg ut over landet. Det er stor forekomst av smitte like over grensa for oss. Vi er krystallklare på at vi ikkje ønsker ei åpning av grensene til Sverige på noværande tidspunkt. Det er framleis også smittespredning i Innlandet. Dette er i liten skala , men smitta individer dukker opp uten kjent smitteveg, noko som tyder på at det er skjult spredning blant asymptotiske individ. Beskyttelsen mot dette er dei generelle smitteverråda, og å følge med i media om utbrudd skjer lokalt og egne råd rundt dette blir gitt.

Kva er hovudbudskapet: Følg dei generelle råda, det er derfor vi har kome der vi er i dag. Særlig viktig er å unngå kontakt med andre når du er sjuk. Har du mistanke om koronavirus ta kontakt så vurderer vi test. Pust litt letta ut, men hald framleis hovudet kaldt og hjertet varmt.

Med venleg helsing kommuneleger og kommuneoverleger i Fjellregionen.

Tor H Bjørnstad-Tuveng (Tynset)

Ann Lajla Vesterfjell Kalstad (Røros og Holtålen)

Barabara Innauen (Folldal)

Quasim Malik (Rendalen)

Sofie Holden Utne (Os)

Håkon Spæren Henningsen (Alvdal)

Karen Prytz (Tolga)