



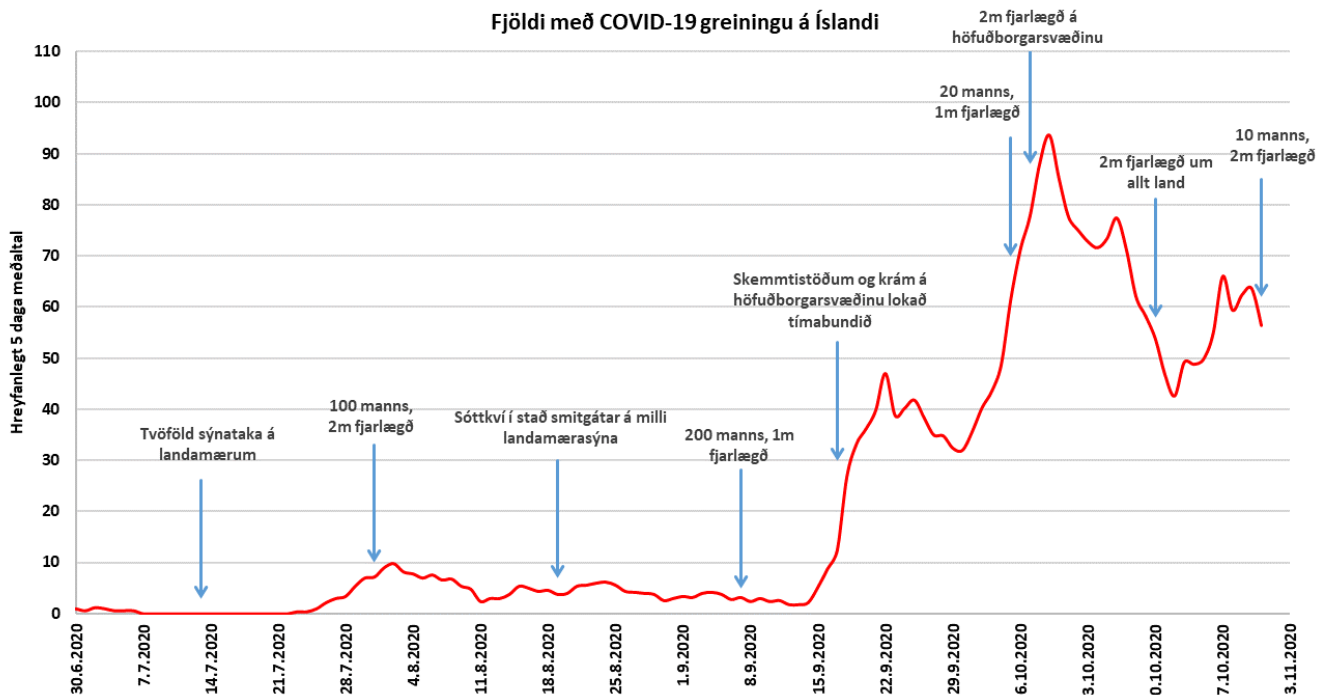
## Uppsveifla COVID-19 faraldursins á haustmánuðum

Í lok júlímánaðar tók daglegur fjöldi COVID-19 smita að aukst á ný eftir að hafa verið í lágmarki síðan í byrjun maí. Þann 29. júlí greindust 12 tilfelli og höfðu þá ekki verið fleiri síðan 16. apríl. Fjöldi daglegra smita fór hæst í 17 þann 6. ágúst en gekk aftur niður fram til 15. september. Þá tók smitum að fjölga hratt á ný og svokölluð þriðja bylgja faraldursins hófst. Mynd 1 sýnir fjölda daglegra smita innanlands frá 1.

júlí en fjöldi hvers dags er reiknaður sem meðaltal síðustu fimm daga til að draga úr dagssveiflum. Tímasetningar helstu opinberra sóttvarnaráðstafana eru merktar inn á myndina en samantekt á aðgerðunum er á bls. 2.

Alls greindust 317 með COVID-19 hér á landi frá 29. júlí til 14. september, 70% innanlands. Frá 15. september til loka október, greindust 2.720, 93% innan-

lands. Stór hluti smita sem greindust í sumar og haust voru rakin til hópsýkinga á skemmtistöðum og líkamsræktarstöðvum. Í lok október brutust einnig út hópsýkingar, m.a. á Landakoti, sem breiddust út á aðrar heilbrigðisstofnanir og út í samfélagið. Talsverð aukning varð í greindum smitum á landamærum í október í takt við aukna útbreiðslu faraldursins í Evrópu.



Mynd 1

Heimild: Embætti landlæknis

<b>Efni:</b>	<b>bls.</b>
Uppsveifla COVID-19 faraldursins á haustmánuðum.....	1
Opinberar sóttvarnaráðstafanir.....	2
Sýnatökur.....	3
Samanburður við Norðurlönd.....	3
Staðan í lok október.....	3
Farsóttarþreyta.....	4
Aðrar öndunarfærasykingar.....	4

**Ritstjórn**  
Þóroldur Guðnason, sóttvarnalæknir, ábm.  
Agnes Gísladóttir  
Ása St. Atladóttir  
Guðrún Aspelund  
Haraldur Briem  
Íris Marelsdóttir  
Júlíana Héðinsdóttir  
Maríanna Þórðardóttir  
Védís Helga Eiríksdóttir

**Ritstjóri**  
Hildigunnur Anna Hall

**Embætti landlæknis  
Sóttvarnalæknir**  
Katrínartúni 2  
105 Reykjavík  
Sími 5101900  
Bréfasími 5101920  
mottaka@landlaeknir.is



## Opinberar sóttvarnaráðstafanir

Í [síðasta tölublaði Farsóttafréttu](#) var fjallað um sóttvarnaráðstafanir vegna COVID-19 hér á landi til 15. júní. Þá höfðu fjöldatakmörk verið rýmkuð í 500 manns og 2 metra nálægðartakmörk voru valkvæð. Farþegum sem komu til landsins frá skilgreindum áhættusvæðum var boðið að velja á milli þess að fara í 14 daga sóttkví eða að fara í sýnatöku. Öll lönd og svæði heims utan Færeyja og Grænlands voru skilgreind sem áhættusvæði.

Hér að neðan er uppfærð samantekt á sóttvarnaráðstöfunum út október 2020. Í samantektinni er stiklað á stóru og sértækar útfærslur fyrir ákveðna starfsemi, s.s. verslanir, heilbrigðisþjónusta, íþróttar-, menningar- og skólastarf ekki taldar upp. Frekari upplýsingar eru að finna á [covid.is](#), í reglugerðum og auglýsingum sem vísað er til í hlekkjum og á [vef Stjórnartíðinda](#).

**13. júlí.** Tvöföld sýnataka við komu til landsins innleidd. Íslenskir ríkisborgarar eða þau búsett á Íslandi hafa val á milli þess að fara í 14 daga sóttkví við komu til landsins eða fara í sýnatöku á landamærum og aftur að 5 dögum liðnum og viðhafa smitgát þess á milli.

**16. júlí.** Danmörk, Finnland, Noregur og Þýskaland tekin af lista yfir áhættusvæði.

**30. júlí.** Öllum sem koma til Íslands býðst val um að fara í 14 daga sóttkví eða að fara í sýnatöku á landamærum, aðra sýnatöku 5 dögum síðar og viðhafa smitgát þess á milli.

**31. júlí.** Almenn 100 manna fjöldatakmörkun. 2 metra nálægðartakmörkun í allri starfsemi. Andlitsgrímur notaðar í starfsemi þar sem ekki er hægt að tryggja 2 metra fjarlægð.

**3. ágúst.** Gestafjöldi sund- og baðstaða skal ekki vera meiri en helmingur af leyfilegum hámarksfjölda gesta.

**19. ágúst.** Öllum sem koma til landsins býðst val um að fara í 14 daga sóttkví

eða að fara í sýnatöku á landamærum, aðra sýnatöku 5 dögum síðar og vera í sóttkví þess á milli. Öll lönd og svæði heims skilgreind sem áhættusvæði.

**7. september.** Almenn 200 manna fjöldatakmörkun. 1 metra nálægðartakmörkun. Andlitsgrímur notaðar í starfsemi þar sem ekki er hægt að tryggja 1 metra fjarlægð. Gestafjöldi á sund- og baðstöðum ekki meiri en þrjú fjórðu af leyfilegum hámarksfjölda.

**14. september.** Þeim sem eru skipaðir í 14 daga sóttkví vegna nálægðar við sýktan einstakling býðst að fara í sýnatöku eftir sjö daga og losna úr sóttkví ef sýni reynist neikvætt.

**17. september.** Skemmtistöðum og krám á höfuðborgarsvæðinu lokað 18. – 27. september.

**5. október.** Almenn 20 manna fjöldatakmörkun. 1 metra nálægðartakmörkun. Andlitsgrímur notaðar þegar ekki er hægt að tryggja 1 metra fjarlægð. Skemmtistöðum, krám og spilasölum lokað og veitingastaðir ekki opnir lengur en til kl. 23. Húsnæði líkamsræktarstöðva lokað almenningi. Gestafjöldi á sund- og baðstöðum ekki meiri en helmingur af leyfilegum hámarksfjölda. [Sérstakar reglur um skólastarf.](#)

**7. október.** Viðbótaraðgerðir fyrir höfuðborgarsvæðið. 2 metra nálægðartakmörkun. Andlitsgrímur skulu notaðar þegar ekki er hægt að tryggja 2 metra fjarlægð. Líkamsrækt og íþróttastarf þar sem hætta er á nálægð, snertingu eða sameiginlegum snertiflötum er óheimil innandyra. Veitingastaðir ekki opnir lengur en til kl. 21. Sund- og baðstaðir lokaðir. Starfsemi sem krefst snertingar eða nálægðar óheimil. [Sérstakar reglur um skólastarf.](#)

**20. október.** 2 metra nálægðartakmörkun um allt land. Andlitsgrímur skulu notaðar þegar ekki er hægt að tryggja 2 metra fjarlægð. Skemmtistöðum, krám og spilasölum lokað og veitingastaðir ekki opnir lengur en til kl. 23. Gestafjöldi á sund- og baðstöðum ekki meiri en

helmingur af leyfilegum hámarksfjölda. [Sérstakar reglur um skólastarf.](#)

**31. október.** Almenn 10 manna fjöldatakmörkun um allt land. 2 metra nálægðartakmörkun. Grímuskylða í almenningssamgöngum, verslunum og annarri þjónustu. Starfsemi og þjónusta sem krefst snertingar eða nálægðar óheimil. Skemmtistöðum, krám og spilasölum lokað og veitingastaðir ekki opnir lengur en til kl. 21. Sund- og baðstöðum sem og líkamsræktarstöðvum lokað. Íþróttir aðrar en einstaklingsbundnar æfingar óheimilar innan- og utandyra. Sviðslistir óheimilar.

Leiðarstef í sóttvarnaráðstöfunum hefur verið það sama og fyrr á árinu. Gögn sýna að samkomutakmarkanir, fjarlægðarmörk, smitakning og beiting sóttkvíar hafa borið mikinn árangur.

Sóttvarnalæknir hefur leitt viðtækt samráð við aðila á vinnumarkaði um gerð [leiðbeininga um sóttvarnir og viðbrögð við smiti á vinnustöðum](#). Vikulegir fundir hafa verið haldnir síðan í ágúst þar sem farið hefur verið yfir stöðu faraldursins, gildandi sóttvarnaráðstafanir og uppfærðar leiðbeiningar.

Í október var stofnað færanlegt teymi heilbrigðisstarfsmanna til stuðnings heilbrigðis- og velferðarþjónustu. Markmið teymisins er að bregðast hratt (4-8 klst) við kalli frá t.d. hjúkrunarheimilum og íbúðakjörnum velferðarþjónustu í kjölfar þess að smit hefur borist inn. Hlutaðeigandi stofnun og umdæmis-/svæðislæknir sóttvarna óska eftir því að stuðningur berist og er formleg beiðni um virkjun teymisins send til Samhæfingarstöðvar almannavarna. Samhæfingarstöðin hefur þá samband við teymisstjóra sem mannar og ræsir út teymið.



## Sýnatökur

Frá því að sýnatökur hófust á landamærum þann 15. júní til októberloka greindust þar 310 virk COVID-19 smit. Um 80% þeirra voru greind í fyrri skimun en um 20% í þeirri seinni. Þetta rennir stoðum undir mikilvægi tvöfaldrar sýnatöku á landamærum en með henni hefur tekist að koma talsverðum fjölda sýktra í einangrun við komuna til landsins.

Raðgreiningar Íslenskrar erfðagreiningar hafa leitt í ljós að 230 veirustofnar greindust á landamærunum á sama tímabili. Einungis greindust 9 stofnar í samfélagssmitum innanlands og því ljóst að faraldurinn hefði getað orðið mun útbreiddari ef ekki hefði verið fyrir sóttvarnaráðstafanir á landamærum.

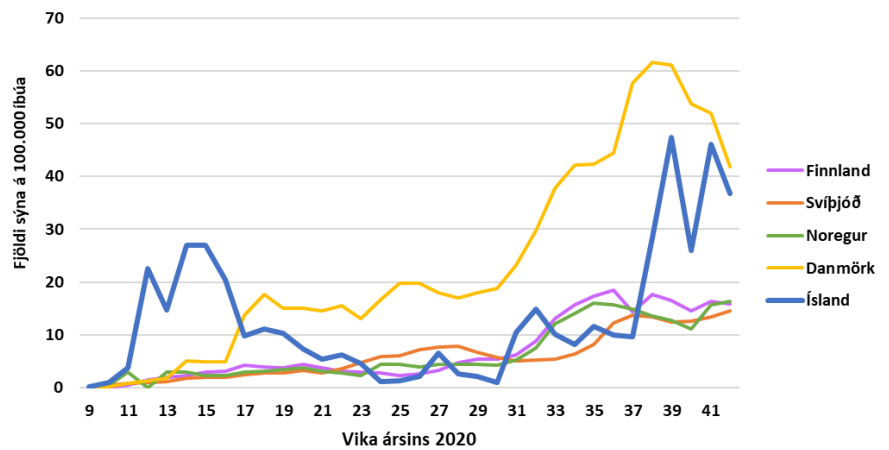
Sýnatökugeta jókst eftir því sem leið á faraldurinn en nú geta landsmenn bókað tíma í sýnatöku í gegnum vefinn á [heilsuvera.is](https://heilsuvera.is) finni þeir fyrir sjúkdóms-einkennum COVID-19. Skimun hefur einnig verið beitt í tengslum við hóp-sýkingar, í völdum tilvikum, og hefur þá þeim sem hafa verið á ákveðnu svæði á ákveðnum tíma verið boðið í sýnatöku.

## Samanburður við Norðurlönd

Mynd 2 sýnir fjölda innanlandssýna á 100.000 íbúa á Íslandi samanborið við önnur Norðurlönd frá upphafi faraldursins og fram í miðjan október. Þar sést að á Íslandi og í Danmörku hafa verið tekin hlutfallslega fleiri sýni en í Svíþjóð, Noregi og Finnlandi, en á Íslandi voru tekin hlutfallslega flest sýni í upphafi faraldursins. Mynd 3 sýnir 14 daga nýgengi smita innanlands í sömu löndum á sama tímabili.

Dánartíðni vegna COVID-19 var heldur lægri á Íslandi miðað við hin Norðurlöndin en hæst var dánartíðnin í Svíþjóð. Tafla 1 sýnir dánartíðni frá upphafi faraldurs út októbermánuð.

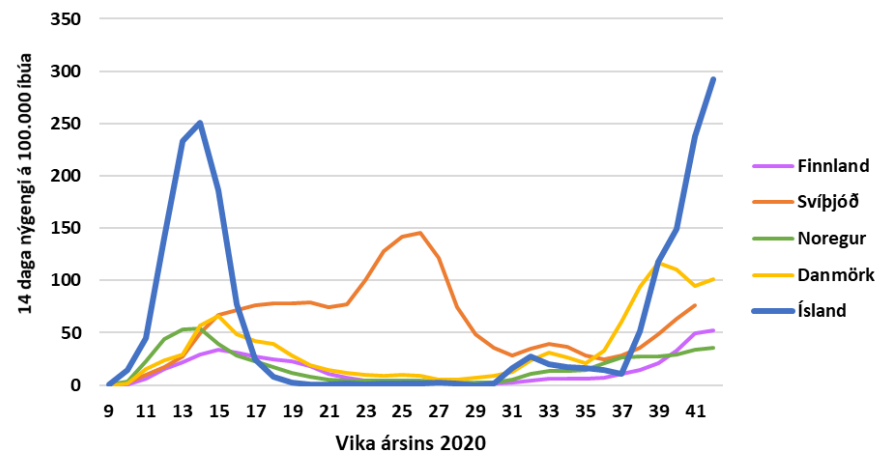
Sýnatökur á Norðurlöndunum



Mynd 2

Heimild: Opinberir gagnagrunnar í [Finnlandi](#), [Svíþjóð](#), [Noregi](#), [Danmörku](#) og [Íslandi](#).

Nýgengi COVID-19 smita á Norðurlöndunum



Mynd 3

Heimild: Opinberir gagnagrunnar í [Finnlandi](#), [Svíþjóð](#), [Noregi](#), [Danmörku](#) og [Íslandi](#).

Tafla 1

Land	Dánartíðni á 100.000 íbúa
Finnland	6,3
Svíþjóð	57,1
Noregur	5,2
Danmörk	11,7
Ísland	3,5

Heimild: [Sóttvarnastofnun Evrópu](#) og embætti landlæknis.

## Staðan í lok október 2020

Á síðasta degi októbermánaðar voru 979 í einangrun vegna COVID-19 á Íslandi. 1.862 voru í sóttkví vegna tengsla við smitaðan einstakling og 1.294 voru í sóttkví vegna komu til landsins. 64 voru á sjúkrahúsi vegna COVID-19 veikinda, þar af 4 á gjörgæslu. Frá upphafi faraldursins til októberloka höfðu samtals 4.865 greinst með veiruna á Íslandi, 256 höfðu lagst inn á sjúkrahús, þar af 40 á gjörgæslu, og 13 látist.



Þá höfðu 41.665 lokið sóttkví frá upphafi faraldurs, annað hvort vegna nándar við sýktan einstakling eða vegna komu til landsins. Í lok október [áætluðu vísindamenn Háskóla Íslands, embættis landlæknis og Landspítala](#) að smitstuðullinn eða útbreiðslutalan (R) væri 2,1 utan sóttkvíar sem merkir að hver sem greindist smitaður og var ekki í sóttkví smitaði að meðaltali rúmlega 2 aðra. Smitstuðullinn innan sóttkvíar var hins vegar áætlaður 0,6. Lægri smitstuðull innan sóttkvíar en utan gefur til kynna hve áhrifarík sóttkví er í því að sporna við útbreiðslu smita. Á heimasíðunni [covid.hi.is](#) má einnig sjá mynd sem svipar til Myndar 1 og sýnir þróun smitstuðulsins í samhengi við sóttvarnaaðgerðir.

Alvarleg staða var uppi á Landspítala í lok október en þann 25. október fór spítalinn yfir á neyðarstig. Þann 26. október [staðfesti heilbrigðisráðherra fyrirmæli landlæknis](#) um að fresta valkvæðum ífarandi aðgerðum svo betur væri unnt að sinna nauðsynlegri heilbrigðisþjónustu ásamt því að sinna sjúklingum með COVID-19. Staðan á Landakoti var sérstaklega alvarleg en þar kom upp útbreitt hópsmit meðal viðkvæmra sjúklinga. Á Sólvöllum á Eyrarbakka kom einnig upp hópsmit sem var rakið til hópsýkingarinnar á Landakoti en staðan á öðrum heilbrigðisstofnunum landsins var betri.

## Farsóttarþreyta

Evrópudeild Alþjóðaheilbrigðismála-stofnunarinnar fjallaði um svokallaða farsóttarþreytu (e. pandemic fatigue) í [skýrslu sem birt var í september](#). Farsóttarþreyta var þar skilgreind sem minni hvati til þess að fylgja ráðleggingum um verndandi hegðun á tímum farsóttar. Lagði stofnunin til fjórar meginaðgerðir til þess að sporna við þreytunni:

1. Auka skilning með því að safna

gögnum og upplýsingum um viðhorf almennings svo hægt sé að móta skýrar og sérsniðnar leiðir til að ná til fólks.

2. Fá alla í sama lið með því að virkja samfélagið og einstaklinga til að leita lausna.
3. Leyfa fólki að lifa lífi sínu en um leið lágmarka áhættu. Ekki er víst að víðtækar takmarkanir séu raunhæfar til lengri tíma lítið.
4. Mikilvægt er að viðurkenna og bregðast við þeim miklu og djúpstæðu erfiðleikum sem fólk glímir við vegna heimsfaraldursins.

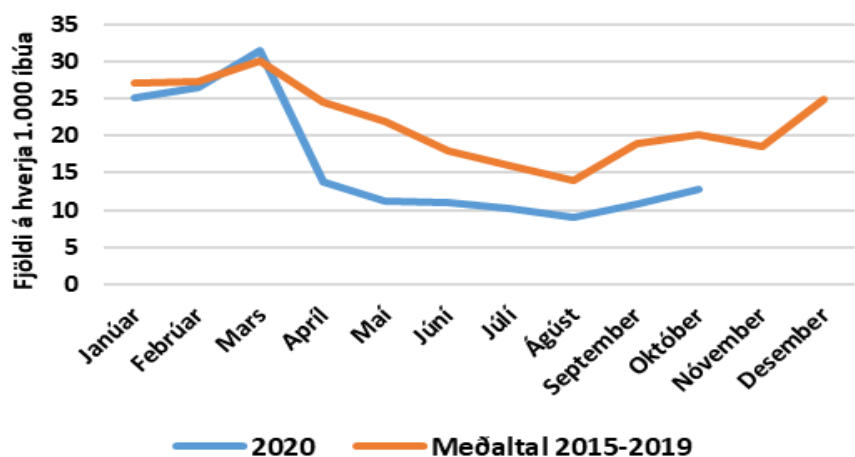
Þá lagði stofnunin til að áhersla skyldi lögð á gagnsæi í ákvarðanatöku, samhljóm í skilaboðum og aðgerðum stjórnvalda, fyrirsjáanleika þannig að grundvallarmarkmið aðgerða væru skýr og að sanngirni skyldi höfð að leiðarljósi.

## Aðrar öndunarfærasyningar

Frá apríl á þessu ári til októberloka mældist tíðni annarra öndunarfærasykjúkdóma en COVID-19 lægri en á sama tímabili undanfarin ár. Mynd 4 sýnir fjölda greindra tilfella af öndunarfærasykingum svo sem barkabólgu, nefkoksbólgu og influensulíkum einkennum meðal 67 ára og eldri á árinu 2020 miðað við meðalfjölda síðustu árana 2015-2019.

Ætla má að opinberar sóttvarnaráðstafanir og persónulegar sóttvarnir vegna COVID-19 eigi hlut í lægri tíðni öndunarfærasykinga í ár, sér í lagi hjá eldra fólki, en sérstök áhersla var lögð á að vernda eldra fólk fyrir sýkingum. Von er bundin við að þessi mögulegu áhrif sóttvarnaráðstafana muni einnig koma fram í lægri tíðni influensu en influensutímabil þessa vetrar er í þann mund að hefjast. Mikil aðsókn var í bóluefni gegn influensu í ár en sóttvarnalæknir hafði til umráða [70.000 skammta af bóluefninu Vaxigrip Tetra](#).

Fjöldi greindra öndunarfærasykinga hjá 67 ára og eldri



Mynd 4

Heimild: Embætti landlæknis