

# Smittevern i kollektivtransport (buss, tog, trikk mv.) (covid-19)

Nasjonal veileder

---

Først publisert: 05. mai 2020

Sist faglig oppdatert: 02. juli 2020



# Innhold

1. Bakgrunn .....	3
2. Smitterisiko ved bruk av offentlig kommunikasjon i Norge .....	4
3. Smitteforebyggende tiltak .....	5
4. Graderte smitteverntiltak – trafikklysmoell .....	8
5. Spesielt for arbeidsgivere og ansatte .....	9
6. Håndtering av passasjerer med mistenkt covid-19 under reise . 10	
7. Informasjon og opplæring .....	11
8. Råd til virksomheten og til passasjerer .....	12
9. Endringslogg .....	14

# 1

## Bakgrunn

Råd for smittevern faglig forsvarlig drift av offentlig kommunikasjon som buss, tog, trikk, mv. i Norge under covid-19 pandemien bygger på tilgjengelig kunnskap om smitteforhold, risikovurderinger og bruk og effekt av smitteverntiltak. Virksomhetene er ansvarlig for å sikre at driften skjer i samsvar med gjeldende regelverk. For å sikre ivaretagelse av smitteverntiltakene er det viktig med koordinering og godt samarbeid mellom de ulike aktørene som er involvert i sektoren.

Covid-19 smitter via dråpe- og kontaktsmitte. Målet med smittevern rådene er å redusere smitterisikoen. I Norge er det per i dag en lav forekomst av covid-19, og i enkelte områder av landet [er den svært lav \(FHI.no\)](#). Den lave forekomsten av sykdommen påvirker hvilke tiltak som anbefales. En gradering av smitteverntiltak (trafikklysmoell) er foreslått. Per i dag er det nasjonale helsemyndigheter som angir tiltaksnivå. Rådene er veiledende for:

- Hvilke tilpasninger virksomhetene bør gjøre for å redusere risiko for covid-19 smitte for passasjerer og ansatte.
- Hvordan virksomhetene kan legge til rette for en smittevern faglig forsvarlig drift.
- Hvordan passasjerer som bruker offentlig kommunikasjon bør forholde seg.

[Skoleskyss er omtalt i veileder for skoler \(udir.no\)](#), og omtales ikke i denne veilederen.

**Om veilederen:** Utgitt av Helsedirektoratet. Faglig innhold levert av Folkehelseinstituttet.

## Smittorisiko ved bruk av offentlig kommunikasjon i Norge

Ved bruk av offentlig kommunikasjon kan smitte skje før (venteområde/holdplass, ombordstigning), under, eller etter (avstigning, bagasjeutlevering) reisen. Smittorisikoen er knyttet til antall kontakter mellom personer, hvor nær hverandre folk er og hvor lenge personene oppholder seg nær hverandre i avgrensede områder.

Dråpesmitte skjer vanligvis innenfor en avstand på en meter, og helsemyndighetene anbefaler generelt minst én meters avstand mellom personer. Anbefalingen er gitt for å *begrense* risikoen for smitte. Jo lengre reisen er, jo viktigere er det å opprettholde god avstand. De andre beskrevne tiltakene vil også bidra til å redusere smittorisikoen, og derfor kan anbefalt avstand mellom passasjerer på offentlig kommunikasjon justeres noe i forhold til den generelle anbefalingen.

## Smitteforebyggende tiltak

---

### Råd

#### Om tiltakene

De grunnleggende smitteverntiltakene er:

- Syke personer skal holde seg hjemme
- God hånd- og hostehygiene og forsterket renhold
- Kontaktreduserende tiltak

---

### Råd

#### Syke personer bør holde seg hjemme

[Personer med akutt luftveisinfeksjon bør holde seg hjemme, selv ved milde symptomer \(fhi.no\).](https://www.fhi.no)

[Personer som er i karantene eller i isolering skal ikke reise med offentlig kommunikasjon \(lovdata.no\).](https://www.lovdatabank.no)

Dette gjelder både passasjerer og ansatte. De aktuelle virksomhetene må ha gode rutiner for å sørge for at dette etterleves.

---

### Råd

#### God hånd- og hostehygiene og forsterket renhold

##### Håndhygiene og hostehygiene

Håndhygiene kan utføres med alkoholbasert hånddesinfeksjon eller håndvask med såpe og vann. Virksomheten bør tilrettelegge for god håndhygiene for ansatte og kunder. Tilgjengelighet og plassering av håndhygienefasiliteter er viktig for at ansatte og passasjerer skal etterleve råd og anbefalinger.

Fasilitetene bør være godt synlige og tilgjengelig i umiddelbar nærhet til området hvor hyppig kontakt mellom mennesker finner sted. Plasseringen bør være hensiktsmessig og forutsigbar og bør baseres på analyse av arbeids- og passasjerflyten i det enkelte område.

Eksempler på områder der det er viktig å plassere hånddesinfeksjonsmiddel er:

- Fellesområder som venterom og resepsjonsområder

- Ved inngangen og utgangen av transportmiddelet
- Høyaktivitetsområder (etter vurdering)
- Ved berøringsautomater (billettautomater, mat- og drikkeautomater mv.)
- Eventuelle steder det serveres mat

[Se Folkehelseinstituttets nettsider for råd om hånd- og hostehygiene.](#)

### **Bruk av smittevernutstyr**

Det er ikke nødvendig å bruke hansker i andre situasjoner enn der man normalt bruker hansker. Hansker begrenser, men utelukker ikke forurensning av hendene og reduserer ikke behov for håndhygiene etter bruk.

Per i dag anbefaler ikke FHI bruk av munnbind eller ansiktsmasker for antatt friske personer i befolkningen.

[Se råd om hansker og munnbind på Folkehelseinstituttets nettsider.](#)

### **Renhold**

Lokale renholdsplaner bør gjennomgås med tanke på organisering, ansvar og ressursbehov. Virksomhetene bør vurdere om det er behov for å gjøre tilpasninger av de ordinære rutinene.

[Se Folkehelseinstituttets råd om renhold \(fhi.no\).](#)

---

## **Råd**

### **Kontaktreduserende tiltak**

Risikoen for smitte øker med tiden man er sammen, jo flere kontakter man har og jo mindre avstanden mellom kontaktene er. Helsemyndighetene anbefaler minst en meters avstand mellom personer. Personer kan passere hverandre og være kortvarig i samme område (inntil 15 minutter) uten særlig smitterisiko.

For offentlig kommunikasjon bør det legges til rette for at det er god avstand mellom passasjerer og mellom passasjerer og ansatte. Innen i det enkelte transportmiddel kan det være vanskelig å opprettholde anbefalt avstand til enhver tid. Det kan vurderes om bruk av sitteplasser gir bedre avstand enn bruk av ståplasser.

De kontaktreduserende tiltak kan tilpasses det [aktuelle tiltaksnivået – se egen tabell](#). Anbefalte tiltak ved gult nivå:

- En meter avstand er anbefalt, og det bør tilstrebes å holde en meter avstand mellom passasjerer gjennom hele reisen.
- Passasjerer bør stå/sitte spredt.
- Ikke bruk hele kapasiteten i transportmiddelet.
- Unngå kontakt ansikt til ansikt.
- Passasjerer kan sitte sammen med sine nærmeste.
- I transportmidler som har både stå- og sitteplasser bør sitteplasser prioriteres fremfor ståplasser.

- Det anbefales bruk av kontaktløs billett og betaling.
- Virksomhetene bør legge til rette for at reiser kan gjøres over et bredt tidsrom.
- Det bør også sikres gode rutiner for å opprettholde avstand mellom passasjerer i venterom, i kø og under av- og påstigning.
- Der det kan oppstå trengsel, kan virksomhetene vurdere andre forsterkede tiltak, for eksempel vakter.
- Unngå matservering eller del ut porsjonert mat og drikke på forhånd.
- Legg til rette for avstand mellom passasjerer også i kafeavdeling eller andre spesialavdelinger (lekeavdeling og lignende).
- Passasjerer bør oppfordres til å bruke nærmeste toalett, og kø ved toaletter bør unngås.

Spesielt for taxinæringen:

- Passasjerer bør sitte i baksetet.
- For transport av personer med mistenkt eller bekreftet covid-19-sykdom via pasientreiser/drosjer [gjelder egne råd \(fhi.no\)](https://www.fhi.no).

Se også vedlegg [«Råd til virksomheten»](#).

## 4

# Graderte smitteverntiltak – trafikklysmodell

Ved varierende smitterisiko i samfunnet kan det være aktuelt å tilpasse smitteverntiltakene. For kollektivtransport er det særlig de kontaktreduserende tiltakene som kan endres. Tabellen skisserer ulike tiltaksnivåer. *Per i 30.06.20 regner en at hele landet har tiltaksnivå gult. Per i dag er det nasjonale myndigheter som bestemmer tiltaksnivået.*

Nivå	Tiltak
<b>Grønt tiltaksnivå</b>  Full drift	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Syke personer skal ikke bruke kollektivtransport</li><li>2. God hygiene<ul style="list-style-type: none"><li>• God hånd- og hostehygiene</li><li>• Vanlig renhold</li></ul></li><li>3. Kontaktreduserende tiltak<ul style="list-style-type: none"><li>• Unngå unødvendig fysisk kontakt mellom personer</li></ul></li></ol>
<b>Gult tiltaksnivå</b>  Forsterket renhold og kontaktreduserende tiltak.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Syke personer skal ikke bruke kollektivtransport</li><li>2. God hygiene<ul style="list-style-type: none"><li>• God hånd- og hostehygiene</li><li>• Forsterket renhold</li></ul></li><li>3. Kontaktreduserende tiltak<ul style="list-style-type: none"><li>• Legg til rette for at passasjerer sitter og står spredt, og unngår kontakt ansikt til ansikt</li><li>• Tilstrebe en meters avstand mellom passasjerer og ikke bruk hele kapasiteten i transportmiddelet for å sikre avstand – en meter avstand er anbefalt</li><li>• Unngå unødvendig fysisk kontakt mellom personer</li><li>• Legg til rette for mindre trengsel på holdeplasser/venteområder</li></ul></li></ol>
<b>Rødt tiltaksnivå</b>  Ytterligere kontaktreduserende tiltak.	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Syke personer skal ikke bruke kollektivtransport</li><li>2. God hygiene<ul style="list-style-type: none"><li>• God hånd- og hostehygiene</li><li>• Forsterket renhold</li></ul></li><li>3. Kontaktreduserende tiltak<ul style="list-style-type: none"><li>• Benytt opptil 50 % av kapasitet i transportmiddelet</li><li>• Hold minst en meter avstand mellom passasjerer, eller bruk hvert annet sete</li><li>• Unngå unødvendig fysisk kontakt mellom personer</li><li>• Legg til rette for mindre trengsel på holdeplasser/venteområder</li></ul></li></ol>



## 5

# Spesielt for arbeidsgivere og ansatte

Når arbeidsgivere gjør risikovurderinger av arbeidsmiljøet skal de også vurdere risiko for smitte. Basert på risikovurderingen skal de utarbeide en plan, og iverksette nødvendige tiltak. Bedriftshelsetjenesten kan bistå i dette arbeidet. Det finnes mer informasjon om dette på [Arbeidstilsynets nettsider](#).

Ansatte som er syke skal ikke være på jobb. Hvis man blir syk i løpet av arbeidsdagen, bør den ansatte forlate arbeidsplassen så snart det lar seg gjøre.

Sjåførere/konduktører og annen betjening bør tilstrebe å holde en meters avstand til passasjerene. Kontakt mellom ansatte og passasjerer kan begrenses, for eksempel ved at ansatte betjener kun en del av transportmiddelet. Ett toalett bør reserveres for ansatte hvis mulig.

Dersom den ansatte skal assistere passasjerer bør den ansatte vaske eller desinfisere hendene før og etter kontakt. Behov for smittevernutstyr vurderes i hvert enkelt tilfelle. Ansatte bør ha hånddesinfeksjonsmiddel tilgjengelig.

## Ansatte som kan være i risikogrupper

Ansatte som tilhører grupper med høyere risiko for alvorlig forløp av covid-19 bør vurderes individuelt i forhold til tilrettelagt arbeid eller omplassering.

[Folkehelseinstituttet har oppdatert informasjon om personer som kan ha høyere risiko for covid-19 \(fhi.no\).](#)

## 6

# Håndtering av passasjerer med mistenkt covid-19 under reise

For lengre reiser bør virksomhetene utarbeide egne rutiner for håndtering av passasjerer som blir syke under reisen.

Ved mistanke om covid-19 hos passasjer, bør passasjerer holdes adskilt fra de andre reisende med minimum en meters avstand (vanligvis 2 seterader i alle retninger). Syke personer bør dekke til munn og nese ved å benytte et papirlommetørkle eller å ta på en ikke-medisinsk ansiktsmaske for å redusere smittespredning. Ved behov for toalett skal dette ikke brukes av andre før det er rengjort.

# Informasjon og opplæring

## Opplæring av ansatte

Den enkelte virksomhet har ansvar for opplæring av eget personell om gjeldende smittevernrutiner i henhold til denne veilederen, slik at alle ansatte er informert om gjeldende tiltak. Opplæring må tilpasses for de enkelte yrkesgruppene.

## Informasjon til passasjerer

Det bør være [informasjonsmateriell](#) for reisende på alle transportmidler, samt på holdeplasser og andre områder der passasjerer oppholder seg (plakater, informasjonsskjermer og annet). Alle passasjerer bør informeres om at man ikke skal bruke offentlige kommunikasjoner ved symptomer på luftveisinfeksjon, eller hvis man er i karantene eller isolering. Passasjerer bør også få informasjon om anbefalte smitteverntiltak.

Ved forhåndsbestilte reiser anbefales det at passasjerer gis informasjon ved bestilling av billetter og igjen som en påminnelse nært inntil selve reisen (for eksempel via SMS varsel). Råd og informasjon til befolkningen om covid-19 finnes også på Folkehelseinstituttets nettsider<sup>[1][2]</sup> og [helsenorge.no](https://www.helsenorge.no).

Se også [«Råd til passasjerer»](#).

### Fotnoter:

[1]

<https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta-og-kunnskap-om-covid-19/fakta-om-koronavirus-coronavirus-2019->

[2] <https://www.fhi.no/nettpub/coronavirus/fakta/reiserad-knyttet-til-nytt-koronavirus-coronavirus/?term&h1>

## Råd til virksomheten og til passasjerer

---

### Råd

#### Råd til virksomheten

**Informasjon til reisende:** Virksomheten bør gjøre informasjon om anbefalte smitteverntiltak tilgjengelig for de reisende, for eksempel ved å henge opp plakater på holdeplasser, inne på transportmidlene mv. Alle reisende bør gis informasjon om at de ikke skal bruke offentlige kommunikasjon dersom de har luftveissymptomer eller hvis de er i hjemmekarantene eller hjemmeisolasjon. Vurder behov for informasjonsmateriell på flere språk.

**Informasjon og opplæring til ansatte:** Virksomheten bør sikre at alle ansatte er kjent med smitteverntiltakene som gjelder for virksomheten, og legge til rette for at disse kan følges.

**Reiser med plassbestilling:** Virksomheten bør sørge for at det ikke selges flere plassbilletter enn det som gjør det mulig å ivareta tilstrekkelig avstand mellom reisende. Ved tiltaksnivå gult og rødt bør passasjerene sitte spredt og unngå kontakt ansikt til ansikt.

**Reiser uten plassbestilling:** Virksomheten bør utarbeide rutiner for å hindre trengsel på sine transportmidler. Ved tiltaksnivå gult og rødt passasjerene sitte eller stå spredt og unngå kontakt ansikt til ansikt. I transportmidler som har både stå- og sitteplasser bør sitteplasser prioriteres fremfor ståplasser, slik at ansikt til ansikt kontakt begrenses.

**Rutiner for å holde avstand mellom reisende:** Virksomheten bør utarbeide rutiner som gjør det mulig å ivareta tilstrekkelig avstand mellom reisende. Situasjoner der det for eksempel kan være behov for ekstra tilrettelegging er ved av-/påstigning, i venteområder, ved billettautomater/-skranke mv. Det bør også foreligge rutiner for å håndtere situasjoner med trengsel.

**Rutiner for renhold:** Virksomheten bør sørge for god rengjøring av transportmidler og av andre områder der de reisende oppholder seg som er tilknyttet virksomheten. Felles kontaktpunkter bør rengjøres hyppig, flere ganger daglig ved gult og rødt nivå. Vanlige rengjøringsmetoder og -midler kan benyttes. Eksisterende renholdsrutiner bør gjennomgås for å sikre tilstrekkelig godt renhold.

**Rutiner for hånd- og hostehygiene:** Virksomheten bør legge til rette for at passasjerene kan utføre god hånd- og hostehygiene. Det bør finnes tørkepapir, avfallspunkter og hånddesinfeksjon på utsatte punkter, spesielt i avgangshaller/terminaler, venteområder og på lengre reiser.

---

### Råd

#### Råd til passasjerer

**Ikke reis hvis du er syk:** Hvis du er syk eller mistenker at du er syk bør du ikke reise med offentlig kommunikasjon.

**Er reisen nødvendig?** Vurder nødvendigheten av å gjennomføre reisen.

**Bruk sykkel og andre transportmidler:** Overvei å sykle, gå eller å bruke andre transportmidler istedenfor å bruke offentlig kommunikasjon dersom det er mulig.

**Unngå rush:** Forsøk å legge reisen til et tidspunkt utenfor rushtiden for å redusere trengsel på offentlig kommunikasjon, på holdeplasser, i havner mv.

**God hostehygiene:** Unngå å hoste og nyse i retning av medpassasjerer. Dersom du må hoste eller nyse bør du gjøre dette i et engangslommetørkle eller i albuekroken.

**God håndhygiene:** Sørg for å ivareta god håndhygiene både før, under og etter reisen. Vær ekstra oppmerksom på dette når du har vært i direkte kontakt med felles berøringspunkter, slik som håndtak, signalknapper, armlener mv.

**Hold avstand:** Forsøk å holde god avstand til andre passasjerer, og unngå kontakt ansikt til ansikt. Det anbefales å holde en avstand på minst en meter til andre medpassasjerer på offentlige transportmidler. Dersom du ser at det er trengsel på transportmiddelet du hadde planlagt å reise med, bør du vurdere å vente til neste avgang eller å utsette reisen ytterligere.

**Vis hensyn til andre reisende:** Sørg for å vise hensyn til medpassasjerer og andre reisende, spesielt eldre personer.

# Endringslogg

## 2. juli

- Andre versjon av veilederen er publisert. Endringer er:
  - Teksten er forkortet.
  - Graderte smitteverntiltak (trafikklysmoell) er lagt til.
  - Presisering av at kontakt ansikt til ansikt bør unngås, og at sitteplasser bør prioriteres fremfor ståplasser.

