

## Information med anledning av Coronakrisen

### Coronaläget i Sverige

#### Nya råd

Från den 14 december gäller nya råd för hela landet. Råden beskriver hur du skyddar dig själv och andra från att smittas av coronavirus. Många är lediga runt jul och nyår. Då brukar många träffa olika personer och fira olika helger. Gör inte det i år! Försök i stället att bara träffa samma personer den närmaste tiden. Välj ut en liten grupp med personer som du träffar. Och träffas bara om alla i gruppen känner sig friska. Samtidigt är det viktigt att inte känna sig ensam. Hjälp varandra att ha kontakt på säkra sätt. Råden gäller också dig som redan haft covid-19 och blivit frisk igen. Forskarna vet inte hur stor risken är att du ändå kan bli smittad eller smitta andra.

#### Råd 1:

##### **Träffa bara en liten grupp personer!**

- Försök att bara träffa några få personer.  
Välj ut en liten grupp med personer.  
Träffa helst bara personerna i den gruppen den närmaste tiden.
- Det går inte att bestämma exakt hur många personer som är en liten grupp.  
Det kan vara fyra nära vänner.  
Men en familj med tio personer som bor ihop kan också räknas som en liten grupp.
- Om du känner några symtom på sjukdom, ska du helst inte träffa någon alls.
- Om du träffar andra personer, utanför gruppen, så ska du vara försiktig.  
Håll avstånd och träffas helst utomhus.

#### Råd 2:

##### **Träffa bara personer i riskgrupper på ett säkert sätt!**

- Det är extra viktigt att vara försiktig om du träffar någon som är i riskgrupp.  
Håll minst 1,5 meter avstånd hela tiden.  
Träffas helst utomhus.
- Exempel på personer i riskgrupp:
  - De som är 70 år eller äldre.
  - De som har en hjärtsjukdom.
  - De som får behandling mot cancer.

- Det är stor risk att de personerna blir svårt sjuka eller dör av covid-19.
- På äldreboenden är det viktigt att följa alla regler noga.  
Fråga personalen eller din kommun vilka regler som gäller.

### **Råd 3:**

#### **Fira jul på ett säkert sätt!**

- När du firar jul och andra högtider gäller alla vanliga råd, till exempel att hålla avstånd.  
Här kan du läsa om fler sätt att fira säkert.
  - Om ni vill ha en jultomte: välj ut en person i er egen lilla grupp. Bjud inte in någon utifrån för att vara tomte.
  - Fira alla olika högtider i en liten grupp med samma personer.
  - Gå inte på julbord eller liknande med till exempel ditt jobb. I stället kan ni ses på internet och fira digitalt.
  - Barn kan fira i skolan. Men gå inte dit om du är vuxen anhörig.
- Offentliga samlingar, till exempel konserter, har särskilda regler.
- Grundregeln är att högst 8 personer får samlas.
- På begravingar gäller högst 20 personer.
- Om du deltar i en sådan samling ska alla följa de vanliga råden, till exempel hålla avstånd.

### **Råd 4:**

#### **Res på ett säkert sätt!**

- Försök att inte resa till andra platser.
- Om du ändå reser, till exempel för att fira jul i en annan stad, så ska du bara träffa dem du reser med.
- Res bara om du känner dig frisk.
- Om du reser med tåg eller buss, följ de här råden:
  - Planera din resa och boka sittplats. Försök att inte sitta bredvid någon okänd.
  - Res helst när inte så många andra reser. Många andra reser precis före jul och när det är helgdag.
  - Om du inte kan boka sittplats, försök att åka med till exempel egen bil i stället.
  - Om du får symtom på covid-19 när du är bortrest: försök att isolera dig. Eller res hem på ett säkert sätt, till exempel med din egen bil.

### **Råd 5:**

#### **Besök inte affärer där många samlas!**

- Det brukar vara extra många som handlar i affärer före och efter julhelgen.  
Både du och de som driver affärerna har ansvar för att det inte ska bli trångt.
  - Försök att inte handla så mycket i affärer. En del saker kan du köpa på internet i stället.
  - Gå ensam och handla.
  - Försök gå till affärer när det inte är många andra där. Du kan till exempel handla mitt på dagen på vardagar, eller sent på kvällen.
  - Följ affärernas regler, till exempel för hur du ska stå i kö.

### **Råd 6:**

#### **Om du känner dig ensam – ha kontakt på nya sätt!**

- Många känner sig ensamma nu.
- Ensamhet kan göra att personer blir oroliga, stressade och deprimerade.
- Nästan alla behöver kontakt med andra människor för att må bra.
- Det är viktigt att minnas det, samtidigt som vi är försiktiga.
- Om du känner någon som du tror är mycket ensam, ta kontakt. Ring eller skicka ett brev.

- Försök hitta nya sätt att ha kontakt. Ni kan träffas digitalt, på internet.
- Om du mår dåligt och vill prata med någon så kan du ringa en jourtelefon. Du kan till exempel ringa Äldrelinjen: 020-22 22 33
- Här finns fler kontaktuppgifter för dig som behöver prata: [1177](#) och [mind.se](#)  
På vissa webbplatser kan du också chatta med andra.

### Råd 7:

#### Hjälp barn och unga att följa råden!

- Du som är vuxen har ansvar för att hjälpa barn och ungdomar att inte sprida smitta.
- **Barn i förskolan och grundskolan** ska helst inte delta i kalas eller andra samlingar med många personer.
- Men, om barnen är friska så kan de leka i mindre grupper när de är lediga.
- **Unga som är födda år 2004 eller tidigare** ska följa samma råd som vuxna. Prata med ungdomarna om hur de kan träffas säkert. Till exempel kan de ha kontakt med sina vänner på internet.
- **Både barn och ungdomar** kan gärna fortsätta med träning och andra aktiviteter.
- Men hjälp dem att göra det på ett säkert sätt.
- De kan till exempel träffas utomhus och hålla avstånd så mycket de kan.
- De får träna med sitt eget lag, men de bör inte delta i cuper eller läger.
- Det är bra om unga inte samåker till aktiviteter.

### Övergripande nationell statistik (totalt)

Sjukdomsfall	341 029
Antal intensivvårdade	3 631
Antal avlidna	7 667

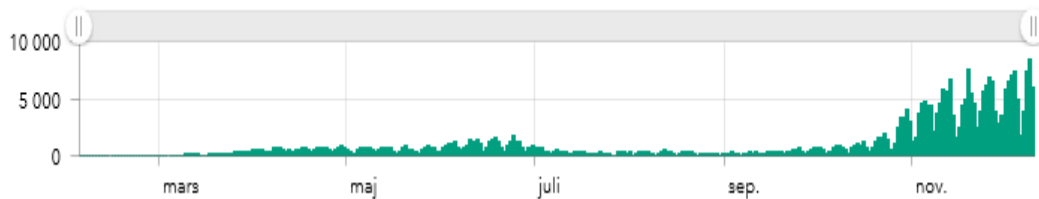


Bild: Sjukdomsfall/dag

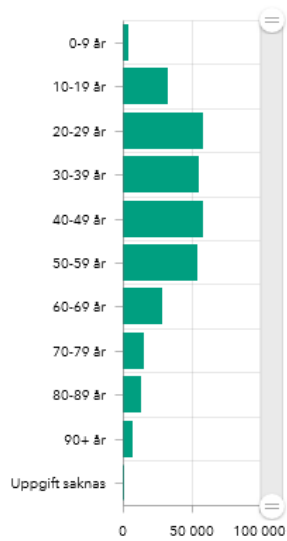


Bild: Sjukdomsfall per åldersgrupp

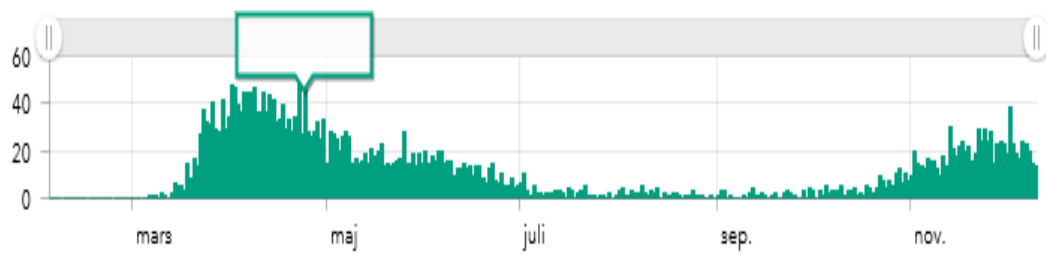


Bild: Intensivvårdsfall/dag

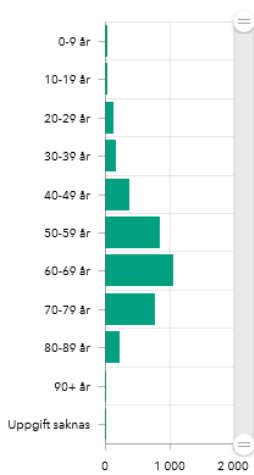


Bild: Intensivvårdade per åldersgrupp

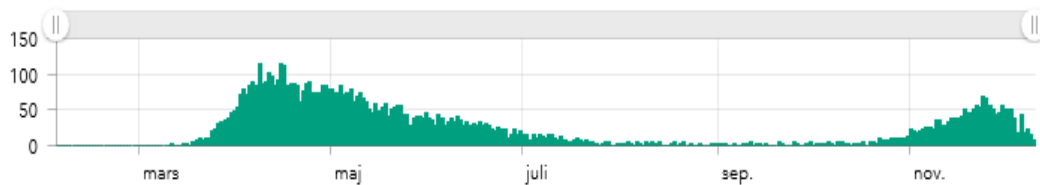


Bild: Avlidna/dag

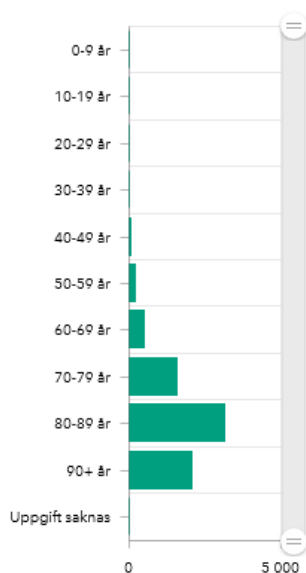


Bild: Avlidna/åldersgrupp

## Coronaläget i Stockholm

### **Samlad bedömning**

Sedan den 14 december är beredskapsläget för den regionala särskilda sjukvårdsledningen (RSSL) höjt till förstärkningsläge. Samtliga länets akutsjukhus arbetar i förhöjt beredskapsläge.

Antalet nya fall per vecka är fortsatt högt och sjukvårdsbehovet är fortsatt mycket stort framförallt inom intensivvården. Antalet IVA-platser har i det närmaste fördubblats jämfört med det normala och ett fåtal platser har hela tiden funnits lediga men marginalerna är för små.

Bedömningen är att det kommer fortsätta på denna nivå eller öka. Det finns därför ett omedelbart behov att öka antalet vårdplatser samt öka uthålligheten.

Arbete pågår för att ställa in ytterligare planerad vård och därmed göra det möjligt för fler medarbetare som arbetar med i huvudsak planerad vård att förstärka bemanningen på akutsjukhusen.

## Regional statistik

Sjukdomsfall (totalt)	98 479
Antal avlidna (totalt)	2 979

## Vaccinering

Vaccinering mot covid-19 kommer vara ett viktigt bidrag för att stockholmarna ska få en förutsägbar vardag igen. Men restriktioner kommer ändå kvarstå under en lång tid framåt. Nu förbereder region Stockholm för att starta en effektiv och smittsäker vaccinering så snart regionen får sina doser av ett godkänt vaccin.

Idag går det inte att boka något vaccin mot covid-19, varken för enskilda patienter eller vårdgivare. När det börjar närma sig kommer det finnas information på 1177.se och i regionens andra kanaler om vilka grupper som erbjuds vaccin och hur de ska göra för att få vaccinet. Där kommer det också finnas information från ansvariga myndigheter om de olika vaccinen.

### Prioriterade grupper erbjuds först

Folkhälsomyndigheten har tagit fram nationella prioriteringar som ska styra i vilken ordning vaccineringen ska göras. Principen är att störst behov går först och äldre, personer med underliggande sjukdomar och vård- och omsorgspersonal ska prioriteras. Tidpunkten för när ett godkänt vaccin levereras till Sverige är inte fastlagd, men Folkhälsomyndigheten bedömer att det kan bli i januari.

### Godkännandeprocess

De olika vaccinerna genomgår just nu en process med säkerhetsprövningar i flera steg. De ska godkännas på europeisk nivå där även svenska Läkemedelsverket ingår. Därefter kommer de till Sverige.

Folkhälsomyndigheten fördelar dem sen till varje region och sedan kan regionen börja erbjuda vaccin till de prioriterade grupperna.

### Effektiv och smittsäker vaccination

Region Stockholm arbetar nu intensivt med förberedelser för att, när det blir dags, kunna erbjuda vacciner till rätt grupper på ett effektivt och smittsäkert sätt. I förberedelserna ingår sådant som lagerhållning, distribution, förvaring av vaccin, hygienrutiner, skyddsutrustning, vaccinationsplatser, kommunikation, registrering av doser och rapportering till nationella myndigheter.

- Även om vi förbereder oss metodiskt så måste vi be stockholmarna att ha tålamod. Vi kommer behöva justera och ändra i processen efterhand. Vårt sätt att arbeta kommer behöva anpassas efter vilket sorts vaccin vi får, hur det ska förvaras och hur mycket vi får men målet kommer hela tiden vara att kunna erbjuda effektiv och smittsäker vaccination så snart det bara går, säger Magnus Thyberg

Omfattande vaccinprocesser genomförs varje år när hundratusentals stockholmare vaccineras mot till exempel säsongsinfluensa och lunginflammation men planeringen av covid-19 vaccineringen blir mycket speciell.

### **Ojämn tillgång på vaccin**

Regionen förbereder sig för att det blir ett rörligt startdatum, för att vissa vaccin kan passa en grupp och andra vaccin en annan grupp. Planering görs utifrån att ett vaccin kan behöva ges i en eller två doser och med tanke på att de olika vaccinen kan behöva förvaras på olika sätt. Förberedelser görs också för att tillgången på vaccin kan bli mycket ojämn. Kanske kommer stora mängder doser på en gång eller så blir tilldelningen liten och kommer med ojämn intervaller.

Alla dessa faktorer avgör hur processen behöver se ut, från det att en låda med vaccin lämnas till regionen, fram till dess att en stockholmare fått sina doser vaccin mot covid-19.

Region Stockholm kommer löpande berätta på sina webbplatser om hur arbetet med förberedelserna för vaccineringen av covid-19 går.

### **Antal vårdade**

Totalt vårdas just nu 818 patienter med konstaterad covid-19 på akutsjukhus eller geriatrisk vård. Det är 50 fler än i den senaste lägesrapporten i fredags. Antalet har varit strax över eller under 800 den senaste veckan. ASv dessa vårdas 87 i intensivvård (-2) 530 på akutsjukhus (+41) och 201 i geriatrisk vård utanför akutsjukhus (+11)

Som mest vårdades 1100 personer i någon form av sjukhusvård (april 2020).

### **Skärpta allmänna råd för Stockholms län**

- Träffa bara de personer du bor med. De personer du delar hushåll med är okej att umgås med. För dig som lever i ett ensamhushåll är rådet att umgås med ett par nära vänner.
- Avstå besök i inomhusmiljöer som butiker, köpcentrum, museer, bibliotek, badhus och gym. Det är okej att träna utomhus, till exempel att besöka ett utegym. Om du tränar med någon annan person, håll avståndet, helst 2 meter så ofta ni kan. Dela inte vattenflaska eller skydd med någon annan.
- Undvik situationer där det kan uppstå trängsel. Dit hör exempelvis möten, konserter, föreställningar, idrottsträningar, matcher eller tävlingar. Idrottstävlingar och cuper bör ställas in.
- Barn och unga (födda 2005 eller senare) kan fortsätta med sina idrotter, om man också anpassar verksamheten så att trängsel inte uppstår bland de vuxna.
- Alla som kan arbeta hemma ska göra det. Tjänsteresor, konferenser och fysiska möten kan genomföras digitalt men om det inte går bör dessa tillfällen skjutas upp. Om du behöver vara på din arbetsplats är det viktigt att hålla avstånd överallt, även under raster och i omklädningsrum etc. Tar din arbetsplats emot kunder behöver ni se till att de kan hålla avstånd, både till personal och till andra kunder.
- Avstå från att delta i eller arrangera större sociala sammanhang som middagar, fester, begravningar, dop, kalas och bröllop. Det är tråkigt att inte kunna träffas nu när vi behöver varandra mer än någonsin. Träffas digitalt om du har möjlighet, eller ring.

- Maximalt åtta personer får delta vid konserter, matcher, offentliga möten, teaterföreläsningar och alla andra allmänna sammankomster eller offentliga tillställningar. Begränsningen gäller även för publik med anvisade sittplatser, från den 24 november tills vidare.
- För alla andra sammanhang är rådet att inte vara fler än åtta personer samtidigt. Smittskyddsläkarens rekommendation är att du som invånare i Stockholms län fortsätter att följa rådet, att i så stor utsträckning som möjligt bara umgås med de som du bor med eller med några få nära vänner om du bor själv.
- Beslutet om att tillåta maximalt åtta personer gäller inte arbetsplatser, gym eller liknande platser, men även där bör man försöka undvika att vara fler än åtta, särskilt om det inte går att hålla avstånd. Maximalt åtta per bord gäller även vid restaurangbesök. Rådet om åtta personer ska inte ses som en chans att samlas fler än de som du bor med eller med några få nära vänner om du bor själv. Det rådet är det viktigaste.
- För begravningar eller liknande religiösa sammankomster kring dödsfall gäller ett undantag: antalet deltagare får vara maximalt 20 personer.

### **Coronaläget i Tyresö**

- Förra veckan var fem brukare (tio veckan innan) inom LSS, Hemtjänst, Gruppboende och SÄBO konstaterat Coronasmittade.
- Kommunen utreder möjligheterna att visa särskild uppskattning till kommunens medarbetare för att allt arbete som gjorts under coronapandemin.
- Beträffande vaccinering kartläggs nu hur många medarbetare inom kommunen som tillhör de prioriterade grupperna
- Kommunens beredskapslager är nu under uppbyggnad
- Inom äldre- & omsorgsförvaltning redovisar 6 av 25 verksamheter måttlig påverkan (2 på en 5-gradig skala) på arbetet. Övriga rapporterar ingen påverkan (eller har inte rapporterat)

### **Utvärdering av Coronaarbetet förvaltningar, kontor m.fl.**

Förvaltningar, kontor och övergripande staber kommer att utvärdera sitt arbete under kvartal 1 2021.

Stefan Hollmark  
Kommundirektör