

Guide till riskbedömning av coronavirus på arbetsplatser och branschspecifika råd för att undvika smitta

Centrum för arbets- och miljömedicin, Region Stockholm

Sammanställd av: Anna K. Nyström, Evana Amir Taher, Pernilla Wiebert, Maria Albin.

Senast uppdaterad: 2021-04-06

Det här är en guide till arbetsgivare, företagshälsovård och skyddsombud som hjälp i riskbedömningsarbete på arbetsplatser vid smittorisk för coronaviruset SARS-CoV-2, som orsakar covid-19.

Innehåll

Introduktion	2
Smittspridning av coronaviruset.....	3
Riskbedömning – en del av ett systematiskt arbetsmiljöarbete.....	4
Samverkan mellan arbetsgivare och arbetstagare	4
Undersökning, riskbedömning, åtgärder och uppföljning	5
Prioritering av åtgärder med hjälp av åtgärdstrappan	6
Vikten av information och en kommunikationsplan	6
Särskilt riskfyllda verksamheter för smittspridning av coronaviruset.....	7
Praktiska råd för utsatta yrken.....	8
Arbete i trånga utrymmen.....	8
Yrken med svårighet att hålla avstånd	8
Kontakt med kontaminerade ytor	9
Om en anställd drabbas av covid-19	9
Branschspecifika råd	12
Branschspecifika lästips	18
Svenska aktörer och kunskapsbas om coronaviruset	20
Internationella aktörer	21

Introduktion

Den 30 januari 2020 utlyste Världshälsoorganisationen (WHO) internationellt hälsonödläge på grund av spridningen av ett nytt coronavirus. Den 11 mars 2020 klassades utbrottet som en pandemi. Det nya coronaviruset, SARS CoV-2, angriper i första hand luftvägarna men kan ge allvarlig påverkan på flera organsystem och klassas enligt Folkhälsomyndigheten som ett smittämne i riskklass 3. I Arbetsmiljöverkets föreskrifter om smittrisker definieras det som *”Smittämne som kan orsaka allvarliga sjukdomar hos människor och kan utgöra en allvarlig fara för arbetstagare”* (AFS 2018:4).

Folkhälsomyndighetens har gett ut föreskrifter och allmänna råd om allas ansvar att förhindra smitta av covid-19 ([HSLF-FS 2020:12](#)). I det personliga ansvaret ingår det att regelbundet tvätta händerna, hålla avstånd, undvika resor med kollektivtrafik, undvika resor om det inte går att boka plats, om möjligt gå, cykla eller använda andra färdssätt, samt att avstå från större sociala sammanhang. Arbetsgivare rekommenderas utöver det att bland annat se till att personal om möjligt arbetar på distans för att minska nära kontakter, vidta åtgärder för att minska trängsel i personalutrymmen mm, men även att anpassa sina arbetstider för att undvika resor i rusningstrafik. Det senare bidrar till minskad trängsel i kollektivtrafiken och för att de inom bland annat servicesektorn eller inom vård och omsorg ska kunna ta sig säkert till och från arbetet.

Förutom att **hålla avstånd, minska sociala kontakter** och att **tvätta händerna**, är en viktig del av råden att **stanna hemma om man är sjuk** (även vid lindriga symptom). Smittspridning kan ske även från symptomfria personer, men det är för allas säkerhet på arbetsplatsen viktigt att den som exempelvis upplever lindriga symptom känner att det finns ett stöd för att stanna hemma från både arbetsgivare och arbetskamrater. Även sociala aktiviteter kopplade till arbetsplatsen bör ingå i dialogen om smittspridning.

Utöver Folkhälsomyndighetens råd finns också skärpta regler (allmänna råd) i samband med lokala utbrott ([HSLF-FS 2020:50](#)).

Eftersom både kunskaps- och pandemiläget förändras relativt snabbt är det viktigt att uppdatera åtgärderna efter hand som rekommendationerna förändras.

Smittspridning av coronaviruset

Överföring av coronaviruset sker huvudsakligen från person till person genom dropp- och kontaktsmitta. Droppsmitta innebär spridning via droppar från luftvägarna från en smittad person framför allt vid hostning, nysning, tal eller sång. Vid kraftig kroppsansträngning ökar spridningen av små droppar från luftvägarna, liksom om man talar eller sjunger högt (jämfört med normal styrka). Riktning/position har också betydelse, t ex om ansikten är vända mot varandra.

I inomhusluft med låg luftfuktighet (som vintertid i Sverige) minskar droppstorleken hastigt och viruset kan vara luftburet och därmed andas in under längre tid. I slutna utrymmen med bristfällig ventilation, särskilt med flera människor under lång tid, kan halterna i luft bli högre och på så sätt kan en överföring av viruset ske. För att minska virusöverföring i slutna inomhusmiljöer är det viktigt att luftväxlingen dimensioneras för antal människor som vitsas i lokalen, minska återcirkulationen av luft och öka användningen av utomhusluft med lämpliga typer av filter.

Det finns i nuläget inget som tyder på att människor smittas av covid-19 genom ventilationssystemet och därmed är risken för en sådan smitta låg. Samtidigt vet man att luftflödet som genereras av luftkonditioneringsenheter kan underlätta spridningen av droppar som utsöndras av infekterade människor (vid nysning och hostning) över långt avstånd i slutna inomhusmiljöer. Det är enligt den Europeiska smittskyddsmyndigheten möjligt att små droppar innehållande covid-19 sprids genom ventilationssystemet i en byggnad och också genom fristående luftkonditioneringsenheter med återcirkulerande luft. Detta klargör vikten av ett välskött ventilationssystem och god ventilation, således kan en översyn av ventilationen behövas för att säkerhetsställa dess funktion.

För att minska risken för smittspridning och ventilera bort smittämnen vid arbete med flera personer i en lokal med liten luftvolym så kan täta pauser och fönstervädring vara ett sätt att snabbt byta ut luften i rummet på arbetsplatsen och på så vis minska smittrisen.

Coronaviruset kan också deponeras på ytor där det kan överleva flera dygn under gynnsamma förhållanden. I vilken utsträckning detta är en viktig smittväg är oklart, men internationella myndigheter (WHO) betonar vikten av att regelbundet rengöra ytor som många tar på, liksom att tvätta händerna ofta och att undvika att ta sig i ansiktet när händerna inte är rena (både näsa, mun och ögonparti är ingångsportar för infektionen).

Riskbedömning – en del av ett systematiskt arbetsmiljöarbete

Risken för smittspridning mellan människor ser olika ut beroende på arbetsplatsernas utformning och de arbetsuppgifter som utförs. Genom att göra en riskbedömning för spridning av coronaviruset på den egna arbetsplatsen kan man eliminera-, begränsa-, och skydda arbetstagarna mot risken. Riskbedömning är en del av arbetsgivarens systematiska arbetsmiljöarbete enligt Arbetsmiljöverkets föreskrift (AFS 2001:1) om systematiskt arbetsmiljöarbete (SAM), se figur 1.



Figur 1. Systematiskt arbetsmiljöarbete, SAM, omfattar arbete med att undersöka, genomföra och följa upp verksamheten på ett sådant sätt att ohälsa och olycksfall i arbete förebyggs och att en tillfredsställande arbetsmiljö uppnås.

Andra aktuella föreskrifter vid hantering av arbetsmiljörisker med coronaviruset är AFS 2018:4 "Smittrisker", AFS 2015:4 "Organisatorisk och social arbetsmiljö" (OSA) samt AFS 2001:3 "Personlig skyddsutrustning".

Samverkan mellan arbetsgivare och arbetstagare

Alla arbetsgivare, inklusive de som hyr in arbetskraft, ska undersöka arbetsförhållandena och bedöma risken för att någon kan komma att drabbas av ohälsa i arbetet. Det är som alltid arbetsgivarens ansvar att verksamheten bedrivs på ett sådant sätt att olycksfall och ohälsa i arbetsmiljön förebyggs, men i föreskriften betonas vikten av samverkan mellan arbetsgivare och arbetstagare. Riskbedömningen för coronaviruset kan ske inom den befintliga samverkan, eller inom en tillfällig, liten och snabb krisgrupp.

Guide till riskbedömning av coronavirus på arbetsplatser och branschspecifika råd för att undvika smitta
Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM)

E-post: evana.amir-taher@sll.se, pernilla.wiebert@sll.se, maria.albin@sll.se

Webbplats: www.camm.sll.se

Undersökning, riskbedömning, åtgärder och uppföljning

Undersökningen av riskerna består av att följande steg:

- a) planering (utse en arbetsgrupp, identifiera områden och arbetsuppgifter som ska undersökas, informera om riskbedömningsarbetet)
- b) insamling av nödvändig information
- c) identifiering av tänkbara riskkällor och riskindivider.

Följande frågor kan användas för att identifiera riskkällor och riskindivider för covid-19:

- ❖ *Vilka arbetsmoment/situationer innebär smittrisk?*
- ❖ *Under hur lång tid riskerar arbetstagare utsättas för smittämnen i arbetet?*
- ❖ *Vilka personer är i riskgrupp, där smitta kan innebära allvarliga konsekvenser för den enskilde?*
- ❖ *Finns det smittorisk för kunder, leverantörer, tredje man mm?*

Riskbedömningen innebär en värdering av riskerna utifrån hur allvarliga de är. Ett vanligt sätt att göra detta är bedöma sannolikhet för att en arbetstagare smittas, samt konsekvensen av att bli smittad.

Åtgärder för att eliminera eller minimera riskerna vidtas i nästa steg. Det skall göras omgående om riskanalysen visar en allvarlig fara. I andra fall ska man upprätta en handlingsplan. Den skall innehålla information om när åtgärder ska vidtas, vem som ansvarar för det, liksom när uppföljning ska ske för att kontrollera att åtgärderna fått avsedd effekt.

Enligt 8§ i SAM-föreskriften ska riskbedömningen dokumenteras skriftligt, exempelvis med hjälp av mallar liknande den i figur 2.

Riskbedömningen omfattar följande plats/platser:			Datum:	Riskbedömningen genomförd av:		
Resultat av riskbedömning			Handlingsplan			
Riskkällor och risker	Allvarlig risk	Annan risk	Åtgärder	Ansvarig	Klart när?	Uppföljning/kontroll

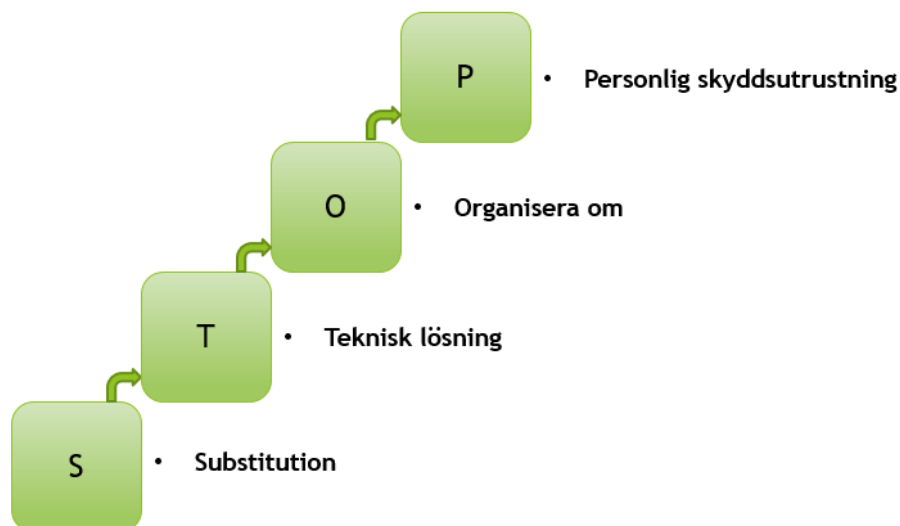
Figur 2. På Arbetsmiljöverkets hemsida [Start - Arbetsmiljöverket \(av.se\)](https://www.arbetsmiljoverket.se/start) finns en mall för riskbedömning.

Prioritering av åtgärder med hjälp av åtgärdstrappan

När arbetsmoment med smittorisk har identifierats med hjälp av en riskbedömning, ska riskerna åtgärdas genom att eliminera orsaken till smittan, om det inte är möjligt ska förebyggande skyddsåtgärder vidtas. "Åtgärdstrappan" visar i vilken ordning skyddsåtgärder bör sättas in, se figur 4. Den finns beskriven i Arbetsmiljöverkets föreskrift om kemiska arbetsmiljörisker ([AFS 2019:9](#)).

Åtgärdstrappans principer:

1. Substitution, till exempel byta arbetsätt, gå över till självservice och automatisering
2. Teknisk lösning, till exempel genom att isolera (bygga in) verksamheten, öka avstånd eller skapa fysisk avskärmning
3. Organisera om, till exempel förlägga arbetet till en särskild tid eller plats där endast nödvändig personal är närvarande
4. Personlig skyddsutrustning, som en sista lösning då det finns risk för smitta.



Figur 3. Åtgärdstrappa för prioritering av åtgärder. Substitution, Teknisk lösning, Organisera om, Personlig skyddsutrustning=STOP; ett sätt att minnas prioriteringen av åtgärder för att minska risken för smitta.

Vikten av information och en kommunikationsplan

I samarbete med svenska fackförbund och arbetsgivare har Prevent utarbetat en checklista för coronavirusets påverkan på arbetsmiljön: "[Corona och covid-19](#)". I den belyser man behovet av att arbetsgivaren hanterar frågor om kommunikation (kommunikationsplan och informationsspridning), kunskapsspridning och oro.

Information till medarbetare kan bland annat handla om själva smittan, smittspridning, symptom vid smitta, åtgärder och rutiner för arbetssätt för att undvika smitta.

Andra aspekter på coronavirusets påverkan är oro, ensamarbete, distansarbete, hög/låg arbetsbelastning, gränslöst arbetsliv etc.

Särskilt riskfyllda verksamheter för smittspridning av coronaviruset

Arbetsmiljöverket ger exempel på verksamheter där smitta normalt förekommer och det därmed finns en direkt risk att exponeras för coronaviruset. Hit hör vård- och omsorg, där personal vårdar patienter/brukare som är eller misstänks vara infekterade, transporter av dessa patienter/brukare, samt laboratorie- och forskningsverksamhet som hanterar viruset. När det finns en samhällsspridning av viruset kommer också ett stort antal andra verksamheter och yrken där man arbetar nära andra människor att kunna innebära risk för smitta.

En studie från Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM), visar att det är högre risk att vårdas inlagda på sjukhus med covid-19 för personer med yrken där man arbetar fysiskt nära andra människor jämfört med den övriga arbetande befolkningen. Risken ökar ju oftare man utsätts för sjukdomar och andra infektioner i arbetet. En riskökning observerades i vårdsektorn med en fördubblad risk för läkare, sjuksköterskor, sjukgymnaster, arbetsterapeuter och naprapater, samt något mindre risk för undersköterskor och vårdbiträden. En fördubblad risk fanns också hos behandlingsassistenter, pastorer, samt trafiklärare och instruktörer samt bland idrottsutövare och fritidsledare. En viss riskökning sågs bland städledare och fastighetskötare, samt bland fordonsmekaniker och reparatörer. ([Risk att sjukhusvårdas för covid-19 i olika yrken.pdf \(sll.se\)](#))

Baserat på enkätdata insamlade i USA före pandemin har Office for National Statistics i Storbritannien grupperat olika yrken efter hur nära man arbetar andra människor och hur ofta man upplever sig vara utsatt för smitta ([Which occupations have the highest potential exposure to the coronavirus \(COVID-19\)? - Office for National Statistics](#)). Detta kan vara en utgångspunkt för att bedöma vilka yrkesgrupper som kan vara extra utsatta för att smittas av covid-19.

Praktiska råd för utsatta yrken

Folkhälsomyndigheten ger generella råd för att förhindra smittspridningen inom verksamheter

- Sätt upp information till medlemmar, personal, kunder och andra besökare
- Markera avstånd på golvet
- Skapa utrymme för att undvika trängsel, t ex genom ommöblering
- Håll digitala möten
- Erbjud möjlighet att tvätta händerna med tvål och vatten och/eller erbjud handsprit
- Undvik att flera personer samlas, särskilt i trånga lokaler

Det finns också en ökad risk för smittspridning inom verksamheter där arbete utförs i trånga utrymmen, när det är svårt att hålla avstånd till andra människor, och när arbetet innebär kontakt med kontaminerade ytor.

Arbete i trånga utrymmen

I trånga utrymmen behöver man anpassa verksamheten och införa rutiner för hur man håller avstånd till varandra, till exempel genom att begränsa antal personer som samtidigt vistas i utrymmet. Man bör också säkra en god ventilation eftersom det gör att virushalten i luften sjunker snabbare. En genomvädring innan nya arbetslag går in kan också minska risken. Genom att anpassa arbetsscheman kan man minska anhopning av arbetslag vid in- och utstämpling. Det går också att minska risken för trängsel genom att möblera om i matrum och/eller använda andra utrymmen som till exempel konferenslokaler. Det är viktigt att beakta risken för trängsel också i t ex hissar, minibussar och liknande för transporter på arbetsplatsen och till och från arbetsställen.

Yrken med svårighet att hålla avstånd

I yrken där det är svårt att behålla fysiskt avstånd till kunder eller kolleger kan barriärskydd sättas upp. Det kan vara till exempel plexiglas, avspärrningar, avståndsmarkeringar på golv med mera som hjälp för att hålla avstånd. Vid arbeten där detta inte är möjligt kan munskydd användas.

Möjligheten att hålla avstånd behöver också beaktas i personalrum, hygienutrymmen mm.

Kontakt med kontaminerade ytor

För att minska risken för smittöverföring via ytor rekommenderas utökade städ-rutiner av ytor som många kommer i kontakt med, till exempel kundvagnar, led-stänger, dörrhandtag, hissknappar och strömbrytare. Det är också viktigt att ge möjlighet för personal att sprita av ytor och tvätta händerna. Ett sätt är att utarbeta rutiner för att minska behovet av att vidröra ytor, exempelvis genom att läsa av betalkort vid kortterminaler. Kassapersonal som använder handskar minskar risken för smittoöverföring när de tar emot betalning.

Om en anställd drabbas av covid-19

Arbetsplatsens roll är att:

1. Försäkra den anställde om att det är viktigt och riktigt att vara hemma
2. Bedöma behovet av smittspårning på arbetsplatsen (gärna i samverkan med företagshälsovården)
3. Bedöma om något på arbetsplatsen bör åtgärdas med tanke på personens insjuknande
4. Överväga om smittan bör anmälas som allvarligt tillbud. Läs mer om Arbetsmiljöverkets information om vad som gäller här: [Om en arbetstagare utsätts för coronaviruset, anmäl allvarligt tillbud - Arbetsmiljöverket](#)
5. Överväga en arbetsskadeanmälan: Genom en ändring i förteckningen över smittsamma sjukdomar omfattas covid-19 av arbetsskadeförsäkringen. De i förteckningen uppförda smittsamma sjukdomarna kan för närvarande klassas som arbetsskada om man "ådragit sig sjukdomen i arbete vid sjukvårdsinrättning, i annat arbete vid behandling, vård eller omhändertagande av smittförande person, eller vid omhändertagande eller hantering av smittförande djur eller material".
6. Då personen tillfrisknat: Var öppen för eventuella behov av anpassning av arbetet. Samråd gärna med företagshälsovården. För vissa människor är återhämtningen långsam efter sjukdomen, även om hälsotillståndet tidigare varit gott. SBU har gjort en kunskapssammanställning om "långtids-covid" och konstaterat att kunskapen för närvarande är bristfällig om prognos och behandling men att ett stort antal studier pågår och relativt snart kan förväntas komma med väsentlig information. Länk till pdf-dokument: [sbu langvariga symtom covid19.pdf](#).

Tabell 1. Exempel på verksamheter med ökad risk för smittspridning. Trånga utrymmen, yrken med svårighet att hålla avstånd och yrken som kommer i kontakt med kontaminerade ytor.

Trånga utrymmen:
Industri och verkstäder
Gruvor
Byggarbetsplatser
Personalutrymmen
Hissar
Transporter i mindre fordon

Yrken med svårighet att hålla avstånd:
Hälso-, sjuk- och tandvård bl a läkare, sjuksköterskor, undersköterskor, tandläkare, m fl
Vård, omsorg och utbildning t.ex. undersköterskor, vårdbiträden, personliga assistenter, barnskötare, förskollärare och andra lärare
Restaurang- och kafépersonal t.ex. serveringspersonal
Fordonsförare t.ex. taxi-, bussförare
Personliga tjänster t.ex. optiker, frisörer, massörer, hudterapeuter, fotvård
Detaljhandel och kassapersonal t.ex. kassörer, försäljare, kioskägare
Säkerhetspersonal t.ex. poliser, brandmän, vaktare
Kundservice t.ex. receptionister, bibliotekspersonal, hotell
Resevärdar t.ex. flygvärdinnor, tågvärdar, guider
Präster, kuratorer, socialsekreterare, psykologer mm
Fabriker t.ex. styckeriarbetare, montering

Guide till riskbedömning av coronavirus på arbetsplatser och branschspecifika råd för att undvika smitta

Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM)

E-post: evana.amir-taher@sll.se, pernilla.wiebert@sll.se, maria.albin@sll.se

Webbplats: www.camm.sll.se

Kontaminerade ytor:

Lokalvård **t.ex. städning av toaletter, bäddning**

Tvätterier **t.ex. kontaminerade sängkläder**

Begravningsentreprenörer **t.ex. hantering av avlidna**

Handeln **t.ex. hantering av kontaminerade mynt, varor**

Laboratorier **t.ex. analys av coronavirus**

Branschspecifika råd

Arbetsgivaren är ansvarig för att göra riskbedömningar på arbetsplatsen för att minska spridningen av coronaviruset. Det ligger också på arbetsgivaren att utreda om någon i personalen ingår i riskgruppen för covid-19, samt att följa de generella råden till arbetsgivare från Folkhälsomyndigheten. Ibland kan det dock vara svårt att se hur det kan omsättas till en specifik arbetssituation.

Nedan följer en sammanställning av konkreta branschspecifika råd som utfärdats av myndigheter och andra organisationer för att minska smittspridning på olika typer av arbetsplatser. De kan vara en inspiration för resonemang kring möjliga åtgärder. Se vidare länkar nedan.

Butiker och affärslokaler

Vid arbete i butik och affärslokaler ingår ofta flera olika arbetsuppgifter, däribland kontakt med kunder och varuhantering. Det är viktigt att skylta med de allmänna rekommendationerna redan vid ingången till butiken för att minska risken för smittspridning.

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Minska kontakttiden med andra människor genom t.ex. byte till självbetjäningsservice om möjligt i matbutiker.
- Markera rekommenderat avstånd mellan kunder genom golvmarkering vid kassorna, samt där det kan uppstå ansamlingar t.ex. vid charkuteridisk, postutlämning mm.
- Sätt upp plexiglas vid kassorna för att skapa en barriär mellan anställda och kunder.
- Inför en intern rutin för att kunna hantera trängsel och köbildning i butik (inklusive en ansvarig för att övervaka situationen) och ge besökare och anställda information om vilka åtgärder som vidtas för att minska risken för smittspridning.
- Överväg om viss försäljning/kundkontakt kan ske utomhus.
- Inför kontantfri hantering alternativt arbeta med handskar vid mynt- och korthantering.
- Beräkna maxantalet kunder som får vistas i lokalerna samtidigt, och se att antalet inte överskrider.
- Tydligt ange vid alla entréer hur många besökare som får vistas i lokalerna samtidigt och uppmana besökare att handla ensamma och inte i grupp.

Byggarbetare

Många byggarbetare har ett mycket varierat arbete, som kan utföras både inomhus och utomhus. Man kan arbeta ensam eller i grupp och vanligtvis används flera verktyg och maskiner i arbetet.

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Begränsa nära kontakt mellan anställda genom att anpassa arbetsscheman för färre anställda på samma plats genom t.ex. växelvisa arbetsscheman och extra arbetsskift.
- Undvik personliga möten/utbildningar när det är möjligt. För möten som måste hållas, begränsa antalet deltagare och håll avstånd.
- Förstärkt planering kan behövas för att det inte skall bli trängsel mellan anställda vid olika företag som behöver utföra arbete/installationer på samma ställe (t ex badrum, kök och liknande).
- Begränsa ansamling av personal där det är svårt att hålla avstånd genom att t.ex. skapa extra utrymme för uppehåll.
- Ge medarbetarna korrekt information om covid-19 smittspridningen och skyddsåtgärder på ett språk som de förstår.
- Begränsa antal personer som använder samma verktyg om möjligt. Vid delade verktyg, rengör verktygen innan och efter varje skift, efter byte av handhavande person.
- Rengör maskiner, fordon, annan utrustning, stegar, dörrhandtag m.fl.
- Rengör gemensamma ytor som exempelvis personalutrymmen kontinuerligt för att minska smittspridningen mellan anställda.
- Möjliggör rutiner för god handhygien.

Bankpersonal

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Anpassa arbetsplatsen så att det blir möjligt att hålla avstånd till kunder genom att utnyttja flera ytor för kundmöten, som exempelvis konferensrum och kontor.
- Möblera om i väntrum så att kunder kan behålla avstånd till varandra och/eller använd fysisk avgränsning av t ex plexiglas.
- Begränsa antalet besökare i banklokalen och informera besökare att vänta på sin tur utomhus och undvika att ta med sällskap in.
- Anpassa arbetsplatsen för att hålla avstånd till kollegor, möblera om arbetsstationerna, möjliggör arbete på distans för att minska antal anställda i lokalerna.

Guide till riskbedömning av coronavirus på arbetsplatser och branschspecifika råd för att undvika smitta

Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM)

E-post: evana.amir-taher@sll.se, pernilla.wiebert@sll.se, maria.albin@sll.se

Webbplats: www.camm.sll.se

- Möjliggör för personal att inte behöva dela på teknisk utrustning såsom datorer och telefoner.
- Rengör ytor som kunder kommer i kontakt med som skärmar, datorer m.m.
- Möjliggör tvätt av händerna och rengör ytor mellan olika handhavande personer av teknisk utrustning.
- I den utsträckning det går, håll möten med kunder digitalt.

Fabriker för hantering och styckning av kött

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Begränsa nära kontakt mellan anställda genom att anpassa arbetsscheman för färre anställda på samma plats genom t.ex. växelvisa arbetsscheman eller extra arbetsskift.
- Arbetet är ofta fysiskt krävande, vilket ökar utandade droppar.
- Använd munskydd och kontrollera att de används på ett korrekt sätt och hela tiden.
- Rengör och desinficera ytor och redskap innan och efter varje skift.
- Begränsa ansamling av personal där det är svårt att hålla avstånd genom att t.ex. skapa extra utrymme där man kan uppehålla sig under exempelvis raster.

Frisörer och nagelteknologer

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Sätt upp information till kunder och personal om hur smittspridning undviks.
- Hindra att flera personer samlas i väntrummet och ta bort drop-in möjligheter för att minska trängsel.
- Markera avstånd på golvet.
- Möblera om och placera stolar så att det blir säkert avstånd mellan kunder i väntrummet.
- Möjliggör för kunderna att kunna tvätta händerna eller erbjud handsprit.
- Anpassa arbetsplatser så att det går att hålla behörigt avstånd mellan arbetsstationer.
- Se till att plexiglas mellan kund och nagelteknolog är anpassat för verksamheten dvs att det går att arbeta smidigt utan att kringgå avspärningen.
- Rengör och desinficera ytor mellan varje kund.
- Använd munskydd och skyddshandskar vid kontakt med kunder.

Buss-och tåganställda

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Stäng framdörrar för på- och avstigning av passagerare om bussen saknar plexiglasskydd.
- Spärra området från de två främsta stolsraderna och fram till förarplatsen så att avståndet mellan chauffören och passagerarna hålls.
- Sätt upp skylt om att hålla avstånd.
- Begränsa antalet resenärer.
- Om munskydd rekommenderas, informera resenärer under vilka tider det gäller och var det finns munskydd att köpa.

Taxiförare

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Be passagerare att sitta i baksätet, låt inte passagerare sitta bredvid föraren i framsätet.
- Be passagerare att själva lägga in sina väskor i bagageutrymme.
- Undvik att använda bilens ventilation under transport, använd istället bilens ventilationsöppningar för att få in frisk utomhusluft och/eller dra ner bilrutan.
- Rengör och desinficera ytor efter varje åktur.
- En skyddsskärm mellan fram- och baksäte minskar risken för smittöverföring mellan förare och passagerare.

Leverans av mat och livsmedel

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Begränsa kontakten med kunder genom att ställa mat och livsmedel utanför dörren för att sedan ringa och knacka på.
- Signera inte hemleveranser eftersom det finns risk för smittspridning när kunder och chaufförer rör vid samma handdosa vid signering.
- Håll avstånd till varandra.
- Rengör och desinficera ytor innan och efter varje skift om fordonet används av flera anställda.

Gym och träningsanläggningar

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Informera besökare och personal om hur smittspridning undviks.
- Möblera om i träningsanläggningen så att man kan hålla avstånd. Om det inte är möjligt: stäng av träningsmaskiner tillfälligt.
- Rengör och desinficera utrustningen med desinfektionsmedel eller med vanligt rengöringsmedel efter varje persons användning.
- Begränsa antalet personer som finns samtidigt i anläggningen genom att annonsera maxantal och säkerställ att det inte överskrids.
- Sätt upp skylt om att byta om hemma innan och efter aktiviteter för att undvika trängsel i omklädningsrummen.
- Minska antalet deltagare i varje gruppträning för att behålla säkert avstånd.
- Sätta upp skylt om att tvätta händerna innan och efter aktiviteter.

Matpersonal på skolor

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Håll god handhygien, tvätta händerna med tvål och vatten innan, under och efter varje moment i köket.
- Rengör och desinficera ytor med desinfektionsmedel eller rengöringsmedel.
- Håll avstånd till kollegor och andra i matsalen.
- Sätt upp skylt i matsalen om att hålla avstånd och tvätta händerna med tvål och vatten före måltid.

Tillverkningsindustri och industrianläggningar

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Säkra avstånd till andra anställda. Om det inte är möjligt, sätt upp plexiglas mellan de anställda.
- Lägg till fler och/eller fördela befintliga stämpelklockor så att trängsel vid in- och utstämpling undviks.
- Möblera om i personalutrymmen som matsal för att hålla avstånd.
- Markera rekommenderat avstånd mellan anställda genom golvmarkering i personalutrymmen, vid varuautomater, i omklädningsrum etc.
- Sätt upp skylt om att tvätta händerna med tvål och vatten och erbjud handsprit.
- Håll möten i mindre grupper och undvik möten som är mindre viktiga.

Gruvarbetare

Specifika råd för att minska smittspridning inkluderar:

- Håll avstånd till kollegor (två armlängder). Detta gäller även transport inom gruvan och till och från gruvan (inklusive hissar och liknande).
- Minimera antalet personer som vistas i gruvan.
- Fortsätt bära och korrekt rengöra personlig skyddsutrustning. Ansiktsmask (munskydd) skall inte bäras under tätslutande andningsskydd.
- Tvätta händerna ofta med tvål och vatten, eller använd desinfektionsmedel. Undvik att röra ansikte, näsa och ögonparti.
- Torka av ytor och utrustning med desinfektionsmedel och/eller vanligt rengöringsmedel för att minska smittspridningen.

Ambulanspersonal och brandmän

Specifika råd för att minska smittspridning:

- För ambulanspersonal är det viktigt att använda skyddsutrustning som andningsskydd (FFP3), visir, glasögon och förkläde. Vid användning av andningsskydd är det viktigt att vara renrakad för optimal skyddseffekt.
- Låt patienter smittade med covid-19 om möjligt bära munskydd för att minska smittspridningen.
- Begränsa antal personer hemma hos patienten för att minska möjlig exponering och håll avstånd till andra personer i närheten vid vård.
- Tvätta om möjligt händerna med tvål och vatten, och erbjud handsprit.

Avfallsinsamling och återvinning

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Begränsa antalet besökare på återvinningscentraler, rekommendera besökare att komma på vardagar, eftermiddagar och kvällar när det är färre besökare för att undvika trängsel.
- Håll avstånd till personal och andra besökare på återvinningscentraler.

Sanitet och avlopp

Specifika råd för att minska smittspridning:

- Hittills finns det ingen information om att någon har blivit sjuk i covid-19 på grund av exponering för avloppsvatten. Tillsvidare gäller de allmänna rekommendationerna för att skydda sig och andra från smittspridning.

Branschspecifika lästips

Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM) har tagit fram ett stöd till de som ska göra riskbedömning inom omsorgsboende, hemtjänsten och liknande verksamheter.

<https://camm.sll.se/aktuellt/hur-minskar-vi-risken-for-att-medarbetare-smittas-av-covid-19/>

Prevents webbplats har flera användbara checklistor och enkäter:

<https://checklists.prevent.se/checklist/answer/217>

USA. National Institute of Occupational Safety and Health (NIOSH) är ett fristående nationellt arbetsmiljöinstitut, medan **Centre of Disease Control (CDC)** är en operativ myndighet under Dept. for Health and Human Services. De senare har omfattande branschspecifika råd.

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/worker-safety-support/index.html>.

USA. Occupational Safety and Health Administration (OSHA).

Amerikanska arbetsmiljöverket har identifierat högrisksektorer och ger rekommendationer till flera sektorer såsom vård och omsorg även för laboratoriearbete, hantering av avlidna, gränsskydd, flygtrafik, avfallshantering, affärsresor.

<https://www.osha.gov/SLTC/covid-19/controlprevention.html#interim>

Danska branschriktade råd från Arbejdstilsynet (The Danish Work Environment Authority) till byggsektorn, personer med delade boendeytor, köttindustrin, kontorsanställda, godstransporter och "gröna yrken" såsom jordbrukare:

<https://at.dk/coronasider/forebyg-coronasmitte-i-din-branche/>

<https://workplacedenmark.dk/health-and-safety/prevent-the-spread-coronavirus/>

Finska branschriktade råd från Arbetshälsoinstitutet (Finnish Institute of Occupational Health) till servicesektorn, transportsektorn, hamnar, båttransporter samt till jordbrukare: https://www.ttl.fi/en/fioh-coronavirus-instructions/?_ga=2.45094308.1638722312.1585307416-2109439587.1579846990

Norska Arbejdstilsynet hänvisar till Folkehelseinstituttet (The Norwegian Institute of Public Health):

<https://www.fhi.no/en/op/novel-coronavirus-facts-advice/advice-and-information-to-other-sectors-and-occupational-groups/workplace-advice/?term=&h=1>

<https://www.arbejdstilsynet.no/tema/biologiske-faktorer/coronavirus-tiltak-i-arbeidslivet-mot-smitte/>

Guide till riskbedömning av coronavirus på arbetsplatser och branschspecifika råd för att undvika smitta

Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM)

E-post: evana.amir-taher@sll.se, pernilla.wiebert@sll.se, maria.albin@sll.se

Webbplats: www.camm.sll.se

Suntarbetsliv, drivs av de fackliga organisationerna i samverkan med Sveriges Kommuner och Regioner samt Sobona. Se deras sammanställda tips:

<https://www.suntarbetsliv.se/verktyg/arbetsmiljoarbete-i-tider-av-corona/>

Butiker och annan handel

Arbetsgivarorganisationen Svensk Handel: <https://www.svenskhandel.se/kategori-corona/>

Fackförbundet Handelsanställdas förbund: https://handels.se/pa-jobbet/corona_korttidspemittering/arbetsmiljo/

Byggarbetsplatser

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/construction-workers.html>

<https://workplacedenmark.dk/health-and-safety/prevent-the-spread-coronavirus/corona-precautions-construction/>

<https://www.osha.gov/SLTC/covid-19/construction.html>

Flera av branschföreningar jobbar med praktiska råd kring coronahantering. Fackförbundet Byggnads har i sin rådgivning "Säker arbetsmiljö i coronatider" till de som arbetar inom byggbranschen:

<https://www.byggnads.se/siteassets/broschyror/arbetsmiljo-och-sakerhet/byggnads-riktlinjer-saker-arbetsmiljo-i-coronatider.pdf>

Byggföretagen:

<https://byggforetagen.se/arbetsmiljoperspektiv-pa-coronaviruset/>

Bankpersonal

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/bank-employers.html>

Fabriker för hantering och styckning av kött

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/community/FS-MeatProcessing-EMPLOYERS.pdf>

<https://workplacedenmark.dk/health-and-safety/prevent-the-spread-coronavirus/corona-precautions-slaughterhouses/>

Gruvning

[wcms_747049.pdf \(ilo.org\)](#)

[Coronavirus Disease 2019 \(COVID-19\) and Mining | CDC](#)

Nagelteknologer

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/organizations/nail-salon-employers.html>

Guide till riskbedömning av coronavirus på arbetsplatser och branschspecifika råd för att undvika smitta

Centrum för arbets- och miljömedicin (CAMM)

E-post: evana.amir-taher@sll.se, pernilla.wiebert@sll.se, maria.albin@sll.se

Webbplats: www.camm.sll.se

Frisörer

Prevent, frisörers arbetsmiljö:

<https://www.prevent.se/frisorens-arbetsmiljoguide/halsa-sakerhet/covid-19/>

Allmänt om betydelsen av ventilation på bl.a. arbetsplatser

Värme, ventilation och luftkonditionering i samband med covid-19. Europeiska smittskyddsmyndigheten (ECDC), uppdaterad teknisk rapport 11 nov 2020

[Heating, ventilation and air-conditioning systems in the context of COVID-19: first update \(europa.eu\)](#)

Svenska aktörer och kunskapsbas om coronaviruset

Regeringen: <https://www.regeringen.se/regeringens-politik/regeringens-arbete-med-anledning-av-nya-coronaviruset/>

Krisinformation: <https://www.krisinformation.se/detta-kan-handa/handelser-och-storningar/20192/myndigheterna-om-det-nya-coronaviruset>

Myndigheten för samhällsskydd och beredskap (MSB):

<https://www.msb.se/sv/amnesomraden/krisberedskap--civilt-forsvar/samhallets-funktionalitet/kontinuitetshantering/>

Ansvariga myndigheter

Folkhälsomyndigheten har ett nationellt ansvar för folkhälsofrågor för att främja en god och jämlik hälsa, förebygga sjukdomar och skador samt verka för ett effektivt smittskydd och skydda befolkningen från olika former av hälsohot.

[Covid-19 – Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](#)

Arbetsmiljöverket har ett nationellt uppdrag att se till att lagar om arbetsmiljö och arbetstider följs av företag och organisationer.

[Coronaviruset - Arbetsmiljöverket](#)

Socialstyrelsen är Sveriges kunskapsmyndighet för vård och omsorg med uppdrag att styra, stödja och utveckla hälso- och sjukvården och socialtjänsten.

[Samlad information om coronavirus covid-19 - Socialstyrelsen](#)

Internationella aktörer

Europeiska arbetsmiljöbyrån (<https://osha.europa.eu>), samt **Europeiska smittskyddsmyndigheten (European Centre for Disease Prevention and Control)**; (<https://www.ecdc.europa.eu/en>)

Världshälsoorganisationen (WHO) <https://www.who.int/news-room/commentaries/detail/transmission-of-sars-cov-2-implications-for-infection-prevention-precautions>

Det vetenskapliga bevisläget för hur ansiktsmasker skyddar mot coronaviruset

”Mask use in the context of COVID-19 Interim guidance”, 1 December 2020 (WHO)

[WHO-2019-nCov-IPC_Masks-2020.5-eng.pdf](#)

International Labor Organisation (ILO)

<https://www.ilo.org/global/topics/coronavirus/lang--en/index.htm>