

Hva bør jeg ta med?

- Faste medisiner (i originalforpakning). Benytter du multidoser må du ta med denne også. Husk å fornye resepten(e) dine
- Toalettsaker (myggspray og solkrem)
- Liten ryggsekk
- Drikkeflaske og termokopp
- Yttertøy og utesko tilpasset årstid
- Klær som er lette å bevege seg i, og gode innesko

Smittevern

Vi har høyt fokus på smittevern. Tiltakene våre er til enhver tid basert på gjeldende retningslinjer fra Folkehelseinstituttet (FHI). Det er viktig at du ikke møter opp dersom du er syk, og har symptomer som feber, vondt hals, magesmerter eller diare.

Testing for resistente bakterier

Hvis du svarer ja på ett eller flere av punktene under, må du kontakte fastlegen din for testing av resistente bakterier (MRSA, VRE eller ESBL) i god tid før oppholdet.

Test må utføres dersom du de siste 12 måneder har:

- Vært smittet av resistente bakterier (MRSA, VRE, eller ESBL)
- Bodd i samme husstand med en person som har vært smittet av resistente bakterier
- Arbeidet som helsearbeider utenfor Norden
- Vært innlagt på sykehus eller annen helseinstitusjon utenfor Norden
- Fått omfattende undersøkelse eller behandling i helsetjeneste utenfor Norden
- Fått injeksjoner eller tannbehandling utenfor Norden
- Oppholdt deg i flyktningleir eller barnehjem utenfor Norden
- Oppholdt deg sammenhengende i mer enn 6 uker utenfor Norden og i tillegg har kronisk eksem, sår eller hudinfeksjon

Trenger du ytterligere informasjon?

Eventuelt kan du sende e-post til ringerike@vikerhelse.no (ikke-sensitiv informasjon), eller kontakte oss på telefon 232 65 320.