

COVID - Pasientinformasjon

Selv milde forløp av COVID-19 kan strekke seg over tid og involvere flere organer. Høy alder og flere kroniske sykdommer gir økt risiko for langvarig forløp. Det er mange grunner til at fastlegen vil følge deg opp hjemme. Uten fysiske konsultasjoner krever det en litt annen tilnærming fra fastlegens side. Vi håper denne informasjonen gjør dette samarbeidet smidigere.

Varselsymptomer og tegn

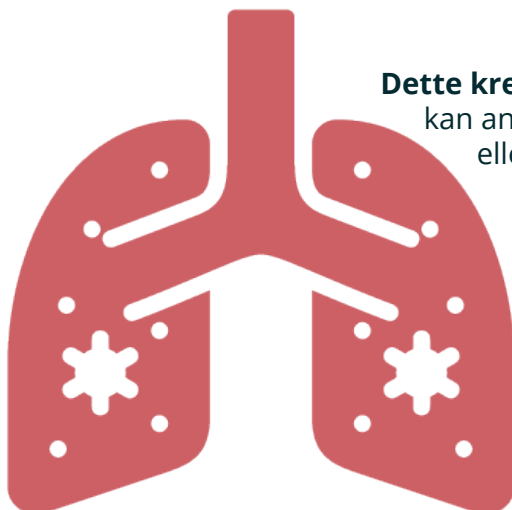
Kontakt fastlege ved:

- økende tungpust
- uforklarlige brystmerter
- nyoppstått forvirring
- redusert allmenntilstand
- fall i O₂-metning (om du har måler)

Ikke møt fysisk på kontoret uten å ta kontakt først!

Fastlegen vurderer om det er forsvarlig for deg å være hjemme, eller om du bør legges inn på sykehus.

Får du ikke kontakt med fastlege, oppsøk legevakt på telefon 116 117.



Har du kronisk sykdom?

Dette krever ekstra oppfølging. Fastlegen kan anbefale ekstra videokonsultasjoner eller annen kontakt i tiden framover.

Psykisk helse

En COVID-19-diagnose kan være belastende. Fastlegen vil gjerne snakke med deg om dette, og kan gi deg gode råd.

Prøver og undersøkelser

Dette kan være til hjelp for å finne underliggende årsaker til vedvarende symptomer. **Eksempler på undersøkelser:** Blod- og urinprøve | EKG | Røntgen av lungene | Spirometri



Dette kan DU gjøre

- 1) Daglig måling med pulsoksymetri/ oksygenmåler (hvis du har dette tilgjengelig)
- 2) Vurdere endring i allmenntilstand
- 3) Sikre tilstrekkelig matinntak, søvn og hvile, begrense alkoholinntak
- 4) Gradvis retur til normalt aktivitetsnivå
- 5) Sette realistiske mål i hverdagen



Dette kan FASTLEGEN din gjøre

- 1) Gi symptomlindrende behandling
- 2) Optimalisere behandling av kroniske tilstander
- 3) Behandle fysiske og psykiske komplikasjoner
- 4) Sykmelde dersom det er nødvendig
- 5) Ved langvarig forløp kan fastlegen din henvise deg til et rehabiliteringsopphold