




Seminariepass 1

Att kasta sig i diket – om tillitsfull kommunikation

Anders Nystedt, Smittskyddsläkare i Norrbotten

Emma Bergström Wuolo, pressansvarig



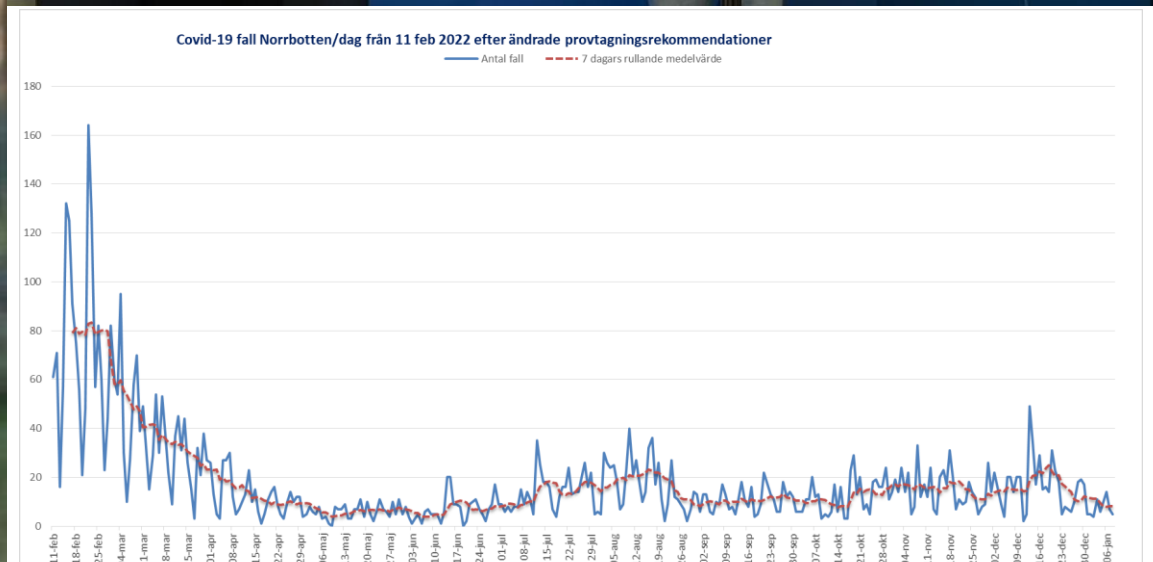
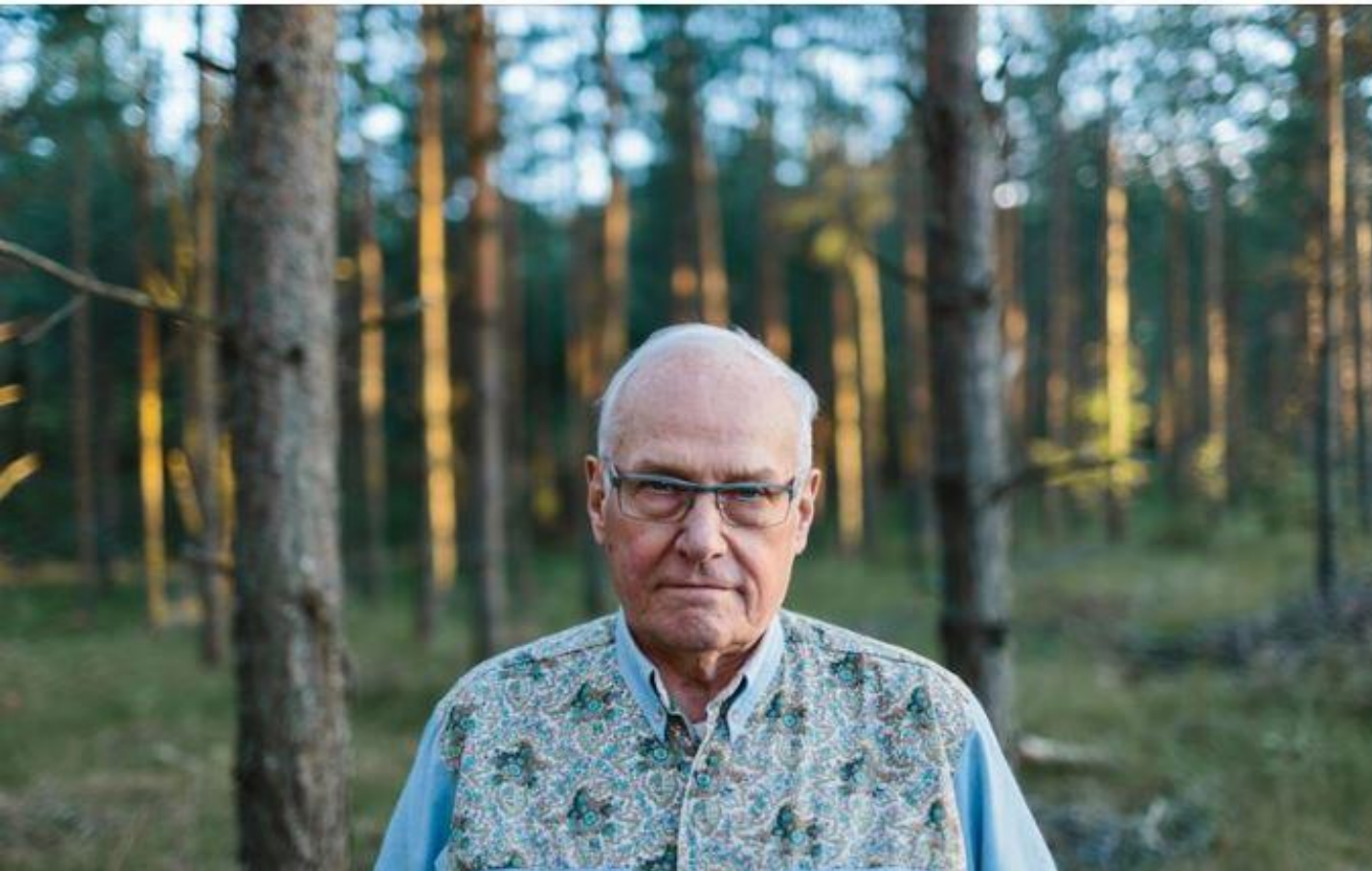
Region Norrbotten  är delar en uppdatering om covid-19.

29 oktober 2020 · 

Läget i Sverige är allvarligt. På grund av ökad smittspridning har fem regioner skärpt sina restriktioner för sociala kontakter och hur man får vistas inomhus där många rör sig.

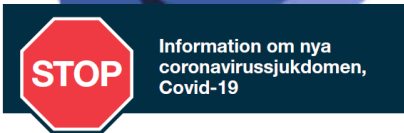
Norrbotten har en ökad smittspridning, men det går fortfarande att bromsa smittan. Ta ditt ansvar och följ restriktionerna - så att vi slipper hamna i samma läge som Stockholm, Västra Götaland, Uppsala, Skåne och Östergötland.

- Håll avstånd till personer utanför din familj
- Tvätta händerna ofta och noga
- Provta dig för covid-19 om du har minsta symtom på förkylning
- Stanna hemma om du har symtom eller väntar på provsvar





COVID-19
Nu kan du som
känner dig
förkyld
testa dig



Information om nya
coronavirussjukdomen,
Covid-19

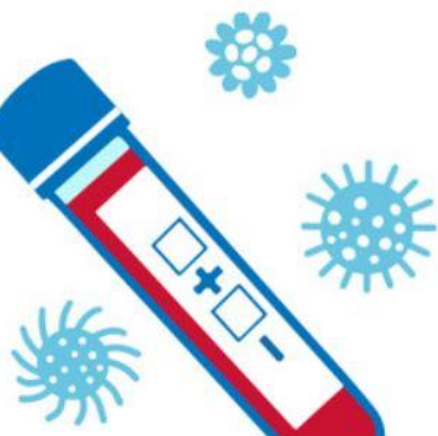
Har du varit utomlands nyligen?

Om du varit utomlands under de senaste 14 dagarna
och har några av följande symptom:

- Feber
- Andningsvägrigheter
- Hosta

Gå **INTE** in på mottagningen!
Du kan smitta andra. Ring telefonnumret nedan:

1177



COVID-19
Nu kan du som är
frisk testa dig
för antikroppar

Du har väl inte glömt...



1177
VÄRDGUIDEN

 **REGION
NORRBOTTEN**

Hej alla föräldrar! Kan ni göra mig en tjänst och prata med era barn inför Halloween? Anders Nystedt och mitt jobb är att hjälpa människor att inte smittas av corona. Vi har säkert hört hur vi vuxna pratar om att det är viktigt att hålla avstånd och inte gå nära andra människor. De kanske till och med vet att vi säger så för att corona kan smitta om man är nära andra människor.

Snart är det Halloween och jag vet att många barn har sett fram emot klä ut sig för godis, men i år är det en dålig idé eftersom det kan göra att människor blir sjuka och fira Halloween – men just i år får ni låta bli att knacka dörr.



SKÄRPNING NORRBOTTNINGAR!

NORRBOTTEN har bland den högsta smittspridningen av covid-19. Orsaken är självklar: alltför många norrbottningar har slutat att anstränga sig och följa de råd och restriktioner som finns.

Det innebär att vården fortfarande är mycket hårt belastad och att vi tvingats skjuta upp många operationer och annan viktig vård. Vi som jobbat stenhårt i vården sedan början av 2020 behöver också semester i sommar för att orka kämpa vidare.

NU MÅSTE ALLA SKÄRPA SIG. Tillsammans besegrar vi Corona. Följ restriktionerna från Folkhälsomyndigheten, även om du blivit vaccinerad. Prata med dina tonårsbarn, vänner och bekanta. Tacka nej till festen. Undvik onödiga kontakter. Handla ensam. Visa att du tar ansvar.

Stort tack till dig som hjälper till att minska covidsmittan. Din hjälp är ovärderlig.

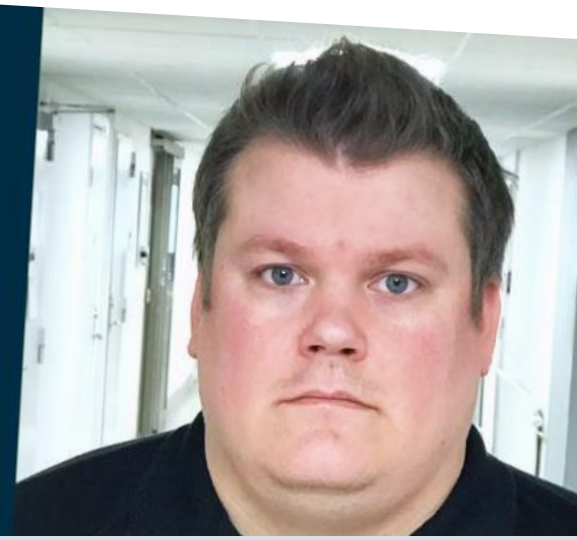
Mer information: norrboten.se | 1177.se



Foto: Johan Olsson



"Vi är inte rädda för vår egen hälsa och har självklart respekt för viruset. Vi är mer oroliga för att inte kunna vara tillsammans. Det är vi, vårt team som tillsammans ska vara på plats när vårt tredje barn ska födas, hon ska inte vara där själv."



#covidinifrån



Skolstart, hur ska man tänka som förälder?

Region Norrbotten en press...
net och aktuella frågor.

/ COVID-1



Det är brist på skyddsutrustning i sjukvården i Norrbotten. Nu ber vi företag och privatpersoner att se över möjligheten att sälja eller ge munskydd, andningsskydd, skyddsglasögon och visir till vården.

Skyddsutrustningen används av de som jobbar i vården och behövs så att vårdpersonalen inte blir smittade av covid-19. Eftersom coronaviruset finns spritt över hela världen råder det i dagsläget en global brist på framförallt skyddsmaterial.

Vi har just nu brist på:

- Andningsskydd FFP3 och FFP2
- Munskydd IIR och II
- Skyddsglasögon
- Visir

Den som vill sälja skyddsutrustning mejlar i första hand till inkop@norrbottn.se. Om man vill skänka utrustningen kan den lämnas till respektive sjukhus godsmottagning eller Region Norrbottens centrallager. För mer information besök norrbottn.se/coronamaterial



Tack till alla som bidragit med skyddsmaterial till vårdpersonal.

Det har gått en vecka sedan vi bad om hjälp med skyddsutrustning till vården, och vilken respons vi har fått!

Både stora företag, små företag och privatpersoner har lämnat in utrustning, bland annat andningsskydd, munskydd, skyddsglasögon och plasthandskar. Allt som går att använda kommer att användas på bästa sätt.

Nu vill vi i första hand få in andningsskydd, men även övrigt skyddsmaterial. Forsvarsmaktens Skyddsmask 90 och Sundström Halvmask SR 100 har vi just nu stort behov av.

Övrigt skyddsmaterial som eftersöks är:

- Munskydd II
- Munskydd IIR
- Andningsskydd FFP3
- Andningsskydd FFP2

Vi försäljning hänvisas till inkop@norrbottn.se

Vid gåva hänvisas till Anki Randeblad: 070-626 52 22.



SKÄRPNING NORRBOTTNINGAR!

NORRBOTTEN har bland den högsta smittspridningen av covid-19. Orsaken är självklara: alltför många norrbottningar har slutat att anstränga sig och följa de råd och restriktioner som finns.

Det innebär att vården fortfarande är mycket hårt belastad och att vi tvingats skjuta upp många operationer och annan viktig vård. Vi som jobbat stenhårt i vården sedan början av 2020 behöver också semester i sommar för att orka kämpa vidare.

NU MÅSTE ALLA SKÄRPA SIG. Tillsammans besegrar vi Corona. Följ restriktionerna från Folkhälsomyndigheten, även om du blivit vaccinerad. Prata med dina tonårsbarn, vänner och bekanta. Tacka nej till festen. Undvik onödiga kontakter. Handla ensam. Visa att du tar ansvar.

Stort tack till dig som hjälper till att minska covidsmittan. Din hjälp är ovärderlig.

Mer information: norrboten.se | 1177.se



Stort tack, norrbottningar Nu hjälps vi åt att hålla oss friska

Många goda krafter har bidragit till att Folkhälsomyndigheten nu slöpat sina restriktioner kopplat till pandemin. Inte minst våra kämpar inom vården och den stora kraftsamling som vi norrbottningar bidragit med under två år.

Nu ska vi ta tillvara allt vi lärt oss för att undvika och förebygga nya pandemier och andra smittsamma sjukdomar i framtiden.

Viktigast av allt – vaccinera dig. Det finns gott om tid på 1177.se. Vi är bland de bästa i Sverige på att vaccinera oss* och det ska vi fortsätta fortsätta med.

Viktigast av allt – vaccinera dig

Vi behöver ingen sjuknärvaro, så stanna hemma om du har förkylningssymtom. Gå till jobbet, skolan eller gymmet när du är frisk. Fortsätt att tvätta händerna och hosta i armbåcket.

Covid-19 är fortfarande en mycket farlig sjukdom för de som är sköra. Så var rädd om dina nära och kära och respektera de besöksrestriktioner som fortfarande finns kvar i vården. Använd munskydd och kontakta alltid personalen på avdelningen om du vill besöka en anhörig.

Fortsätt att ta hand om varandra. Håll på dem du saknat mest. Äntligen.

*194 792 norrbottningar har fått minst två dosor till och med 30 januari. Det är 89 procent av länets befolkning.



Ta hand om varandra i jul. Pandemin är inte över än.

Den här julen blir inte riktigt som förr. Men ändå bättre än i jul. Nu har ju drygt 190 000 norrbottningar över 12 år* vaccinerat sig mot covid-19. Vi hoppas att du är en av dem och kan fira jul och nyår tillsammans med dina nära och kära. I år får vi dessutom en riktigt vintrig jul, med gott om gnistrande snö i backar och skidspår över hela vårt vackra län.

Följ rekommendationerna från Folkhälsomyndigheten och visa att du tar ansvar. Vaccinera dig så minskar risken att du blir sjuk och smittar andra. Boka tid gör du på 1177.se som är vanligt. Du är också varmt välkommen när vi har drop-in öppet runt om i länet. Behöver du vaccinationsbevis, beställ i god tid på covidbevis.se.

Låt oss fortsätta hjälpas åt att hålla varandra friska. Det är den bästa julkalappen till oss alla. Och till tomten själv, förstås. God Jul och Gott Nytt År.



Nu måste vi hjälpas åt att minska smittan och trygga vården

Smittan ökar i rekordfart i Norrbotten. Det duger inte. Vi kan bättre.

Det är vårt ansvar att följa restriktionerna från Folkhälsomyndigheten. Då kan vi snabbare komma tillbaka till ett vanligt liv. Kom ihåg att stanna hemma vid symtom, håll avstånd, undvika folksamlingar, tvätta händerna och jobba hemifrån om du kan.

Viktigast av allt: Se till att vaccinera dig så fort du har möjlighet, så minskar risken att du blir sjuk och smittar andra*. Den tredje dosen efter fem månader, så gott om tid på 1177.se.

Smittan ökar blir också vården än mer belastad. Personalen i vården, som snart startar pandemin i två år, behövs på att kunna ta hand om dig och dina nära och kära. Det kan ju faktiskt vara som smittar någon av dem eller i affären, även om du själv är frisk.

Visa att du tar ansvar. Prata med familjen och grannarna. Håll i och håll ut. Tillsammans hjälps vi åt och fixar ett bättre 2022.

Det är vi norrbottningar vårda.



*194 485 norrbottningar har fått minst två dosor till och med 9 januari. Det är 88 procent av länets befolkning.



”Vi kan sitta ibland här och gråta, för det tar. Det tar hårt ibland. Den här ryggsäcken vi har får aldrig bli full. Det är viktigt att stanna upp mellan körningarna, annars skulle det inte gå”



Roland Andersson
ambulanssjukvårdare



0:21 / 1:25

Organiska inlägg

