EXEMPEL

’Bubbel’-tänk

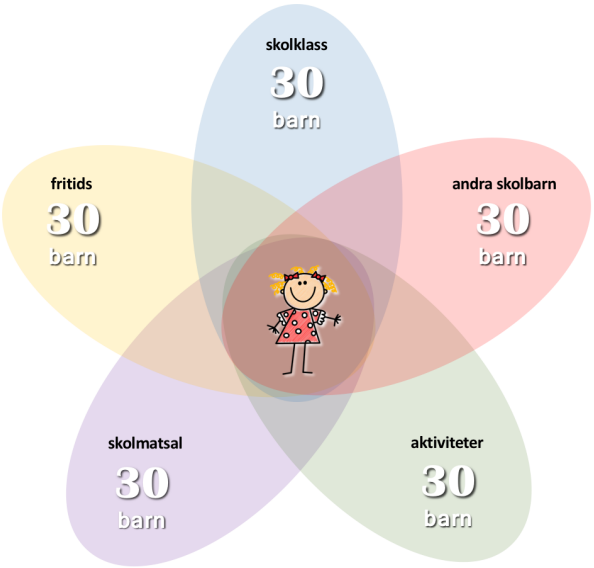
Målsättningen med bubbeltänket är att minska kontaktytan så att barnen istället rör sig i mindre och mer isolerade grupper. Syftet är att förhindra smittspridning i skolan.

Under skoldagen träffar och umgås barn med många andra: det är till exempel vanligt att blanda klasser i olika konstellationer - både för undervisning och fritidsaktiviteter. Likaså samlas många barn i matsalen och de blandar sig med varandra på gemensamma utrymmen. Även lärare går emellan olika klasser under skoldagen, i synnerhet på högstadiet.

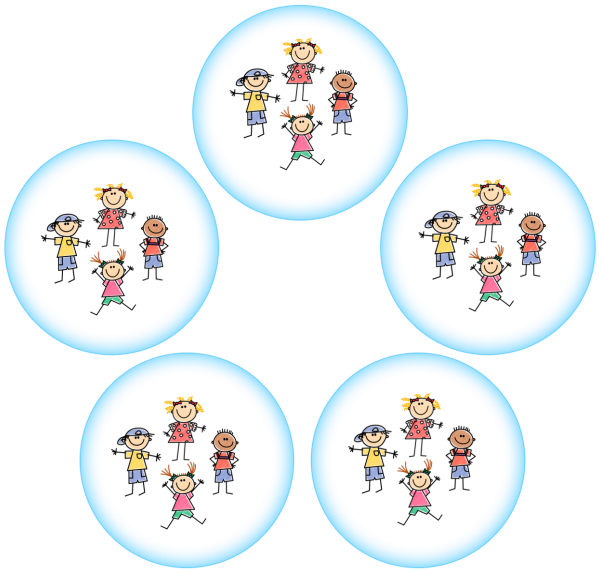
Det finns flera nya internationella studier som visar hur mycket barn smittar. Den allra största studien av smittspridning någonsin publicerades i **Science** i november 20202. Den visar att smittade barn i åldrarna 5-17 själva smittar cirka 12,5 procent av sina kontakter. Dvs ett barn smittar i genomsnitt 3 andra barn i en klass på 25 elever.

Denna studie, och dess betydelse för smittspridning i skolorna, beskrivs i en illustrativ informationsvideo på YouTube som heter ’**Därför driver skolorna covid-19 smittan**.’ Den är gjord av Johanna Höög, docent och forskare i cellbiologi vid Göteborgs universitet.

Målsättningen med bubbeltänket är alltså att minska antalet kontakter för varje barn, och sedan hålla denna lilla grupp med nödvändiga kontakter intakt och isolerad - som i en bubbla.



Ett barn som träffar 150 andra barn under en skoldag kan potentiellt smitta nästan 20 andra.



Ett barn som rör sig i en grupp med 25 andra under en skoldag smittar potentiellt 3 andra. Isolerade bubblor minskar smittspridningen.

Förslag på konkreta åtgärder:

- Dela upp klassen i mindre grupper.
- Blanda inte grupperna med varandra.
- Undvik matsalen och ät i klassrummet eller annat separat utrymme - och se till att grupperna/klasserna äter vid olika tider.
- Låt grupperna röra sig på gemensamma utrymmen vid olika tidpunkter.
- Engagera volontärer för fritidsaktiviteter så att grupperna kan hållas separerade även på Fritids.
- Skapa utomhusaktiviteter så att barnen kan träffas utanför sina bubblor i en säkrare miljö.
- Lärare bör så långt det går undvika kontakt sinsemellan, och istället knytas direkt till en specifik bubbla.

Att hålla grupperna åtskilda är viktigare än storleken på gruppen. Dvs går det inte att dela en stor klass i mindre grupper kan man fortfarande göra allt det andra.

Smittspårning och isolering

När någon på skolan visar sig vara smittad är det i första hand den specifika bubblan som berörs. Alla i bubblan ska då sätta sig i hemkarantän under inkubationstiden, dvs den tid det tar från att man kan ha blivit smittad tills dess att symtom visar sig. Enligt **Folkhälsomyndigheten** är denna tiden ”oftast 5 dagar men kan variera mellan 2 och 7 dagar och undantagsvis upp till 14 dagar.” Dvs ***minst*** en vecka.

Alla bör testas då man kan vara smittad utan att visa symtom. Dock är vissa regioner överbelastade och vill inte testa personer utan symtom. Meddela alltid smittskyddet i regionen och avtala med dem.

Personer med symtom ska alltid testas.

- Vid positivt provsvar följs rekommendationerna.
- Vid negativt provsvar är det viktigt att veta vilken typ av test som tagits. Om det är ett **snabbtest** behövs det ett test till innan man kan gå tillbaka till skola/arbetsplats.

Genom att en specifik klass, grupp - eller ’bubbla’ - sätts i karantän kan man mycket lättare förhindra ett större utbrott på skolan.

Om man INTE har en effektiv isolering mellan bubblorna kan man aldrig vara säker på att smittan inte redan spridit sig till andra bubblor.