

Vårdhygieniska riktlinjer vid vinterkräksjuka (Calici) på korttidsenhet och särskilt boende

Riktlinjen gäller infektion med noro-, sapo-, rota-, adeno-, och astrovirus.

Bakgrund

Magsjuka kan man få av många olika anledningar, men framförallt av olika virus. Calicivirus av typen norovirus är den vanligaste orsaken till magsjuka inom vård och omsorg, och kan skapa stora problem i verksamheten. Sjukdomen är mest vanlig under november-april (vilket gett upphov till namnet), men den förekommer även under resten av året.

Symtomen är illamående, kräkningar, diarré, buksmärtor, huvudvärk, yrsel och feber. Sjukdomen är självläkande inom några dygn. Småbarn, äldre, och personer med kroniska eller andra allvarliga sjukdomar kan dock vara sjuka längre tid.

Vinterkräksjuka är mycket smittsamt och stora mängder virus utsöndras via avföring och kräkningar. För att bli sjuk måste smittämnet komma in i magtarmkanalen. Detta sker vanligtvis via våra händer eller mat och dryck. Vid kräkning kan också droppsmitta ske. Inkubationstiden är vanligtvis 12-48 timmar. Vinterkräksjukevirus är tåliga och kan överleva länge i miljön utanför kroppen. De avdödas inte lika lätt av alkohol som andra smittämnen.

Misstänkt fall av vinterkräksjuka – agera direkt

Överväg alltid om symtomen kan bero på vinterkräksjuka när vårdtagare kräks och/eller har diarré. Misstänk vinterkräksjuka särskilt när vårdtagare plötsligt kräks eller har diarré, epidemi pågår i samhället, flera fall insjuknar på enheten/boendet eller när vårdpersonal insjuknar.

Reagera och agera snabbt enligt nedan:

Riskbedömning

Informera sjuksköterska för gemensam riskbedömning. En korrekt hantering redan vid första misstänkta fallet är viktig;

- informera berörda
- placera vårdtagare i eget rum med egen toalett
- tillämpa skärpta hygienrutiner
- avdela särskild personal till vårdtagare med symtom.

Ett utbrott av vinterkräksjuka, ska misstänkas när två eller fler vårdtagare och/eller personal insjuknar i nära anslutning till varandra.

Hygienrutiner vid magsjuka

Ta fram och använd ”checklista hygienrutiner på särskilt boende vid vinterkräksjuka” redan vid första insjuknandet.

[Checklista hygienrutiner på särskilt boende vid vinterkräksjuka](#)

Provtagning

Ta prov så snart som möjligt. Provtagning ordineras av behandlande läkare. Prov tas på 1-2 nyinsjuknade vårdtagare. När orsaken till symtomen väl är fastställd behöver inte alla med typiska symtom provtas.

Avvakta inte provsvaret utan låt den kliniska bilden, d.v.s. vårdtagarens symtombild vara vägledande för fortsatta åtgärder för att förhindra smittspridning. Ett negativt provsvar utesluter inte alltid en infektion, utan andra orsaker till smittsam magsjuka kan behöva övervägas.

Kontakta Smittskydd Vårdhygien för rådgivning.

Registrering av vårdtagare och personal med symtom

Dokumentera fortlöpande på registreringslista vilka vårdtagare och personal som insjuknar. Sjuksköterska ansvarar för att registrering sker av vårdtagare.

Enhetschef ansvarar för att registrera personal. Registreringslistorna används sedan som arbetsverktyg vid smittfriförklaring, samt som stöd då slutrapport skrivs.

[Registrering av vårdtagare](#)

[Registrering av insjuknad personal](#)

Information i verksamheten

Informera berörda personer enligt lokalt framtagna rutiner då en eller flera vårdtagare eller personal insjuknar.

- Enhetschef som samråder med sjuksköterska
- Berörd vård- och omsorgspersonal
- Medicinskt ansvarig sjuksköterska (MAS)
- Smittskydd Vårdhygien som med fördel kontaktas tidigt i förloppet för hjälp med riskbedömning samt råd och stöd

Vid utbrott

Sprid informationen till övrig berörd personal exempelvis hälso- och sjukvårdspersonal, aktivitetssamordnare, städpersonal, kökspersonal, vikarieförmedling etc.

Sätt upp en skylt "Vinterkräksjuka på enheten" på avdelningens dörr, som information till besökare. Vid utbrott som berör fler avdelningar, eller begränsningar på boendet placeras skylten på boendets ytterdörr.

[Vinterkräksjuka på enheten- stoppskylt](#)

Skärpta hygienrutiner

Basala hygienrutiner är inte tillräckligt för att förhindra smittspridning. Alkohol tar inte död på vinterkräksjukavirus! Vid kontakt med vårdtagare med diarré och/eller kräkning ska skärpta hygienrutiner tillämpas.

- Tvätta händerna med tvål och vatten efter kontakt med vårdtagaren eller kontakt med ytor i omgivningen. Torka händerna ordentligt torra. Desinfektera därefter händerna. Utförs alltid innan personalen lämnar vårdtagarens bostad.
- Använd långärmat plastförkläde vid kontakt med vårdtagare, vid bäddning, kontakt med förorenade saker som tvätt, avfall, bäcken och vid städning.
- Använd handskar vid kontakt med kräkning eller diarré.

- Använd munskydd (klass II R) och visir/glasögon vid nära arbete hos vårdtagare om det är känt att vårdtagaren kräks och det finns risk för stänk mot ansiktet.

Ta på och av skyddsutrustningen i rummet/lägenheten. Behåll dock plastförkläde på vid transport av ex bäcken eller avfall till skölj, smutstvätt till tvättstuga.

Byt arbetskläder om du måste utföra arbetsuppgifter hos annan vårdtagare som inte är smittad eller på annan enhet, efter arbete hos smittad vårdtagare.

Material

Se till att nedanstående finns tillgängligt för personal i vårdtagarens rum/lägenhet:

- Flytande tvål
- Torkpapper
- Alkoholbaserat handdesinfektionsmedel
- Långärmat plastförkläde
- Handskar
- Munskydd klass IIR, om vårdtagaren kräks
- Visir/glasögon, om vårdtagaren kräks
- Vattenlöslig tvättsäck
- Plastpåsar till avfall
- Virkon®

Ta bara in nödvändigt material, för att undvika att behöva kassera så mycket i samband med slutstädning. Material förorenas lätt i samband med vinterkräksjuka.

Kohortvård – avdela särskild personal

Kohortvård innebär att vårdtagare med symtom och vårdtagare som delat rum/lägenhet eller toalett med den som insjuknat (exponerad), vårdas av en särskilt avsatt personalgrupp i ett eller flera rum/lägenheter under hela dygnet. Personal inom kohorten deltar inte i vården av övriga vårdtagare utan symtom och arbetar inte/vistas inte i köket eller hanterar någon mat.

Kohortvård bör införas så tidigt i förloppet som möjligt och tillämpas under dygnets alla timmar för att vara effektiv. Kohortvård kan hävas efter 48 timmars symtomfrihet hos samtliga vårdtagare och att rum/lägenhet har slutstädats. Sträva efter att upprätthålla kohortvård på respektive avdelning (dag och natt), och undvik att personal arbetar över avdelningsgränser. Då detta inte är möjligt och det fungerar i verksamheten kan en särskild personalgrupp avsättas på boendet för att ge vård och omsorg till vårdtagare med symtom över avdelningsgränser exempelvis nattetid då flera avdelningar har vårdtagare med symtom eller inte är smittfriförklarade. Personal inom kohorten deltar inte i vården och omsorgen av friska vårdtagare.

En avdelning kan också komma att betraktas som en kohort exempelvis vid ett större utbrott eller då vårdtagare med symtom inte har förmåga att vistas på sitt rum/lägenhet.

Information till vårdtagare

Informera om hur smittan sprids och hur man förhindrar spridning, samt se till att vårdtagaren får möjlighet eller hjälp att tvätta händerna. Särskilt viktigt är det att händerna tvättas med tvål och vatten efter toalettbesök och före måltid.

[Information till vårdtagare med vinterkräksjuka](#)

Placering av vårdtagare

Vårdtagare med symtom ska ha eget rum/lägenhet med egen toalett och dusch. Avdela en särskild toalett om vårdtagaren inte har en egen. Vårdtagaren ska inte vistas i gemensamma utrymmen eller delta i gemensamma aktiviteter innan 48 timmar förflutit efter sista symtom. I de fall detta inte går behöver vårdtagaren få hjälp med noggrann handhygien och avtorkning av handtag på hjälpmedel som rollator och rullstol.

Om vårdtagaren samvårdas eller har en medboende bör även denne stanna i lägenheten och inte vistas tillsammans med andra på boendet.

Mathantering och disk

Mathantering innebär en stor risk för smittspridning! Servera vårdtagare med symtom och eventuell medboende mat och dryck i sitt rum/lägenhet.

Avdela personal som *inte* deltar i vården av vårdtagare med symtom att sköta mathantering och utföra köksgöromål på enheten. Personal som ansvarar för mathantering bör inte utföra andra arbetsuppgifter under den tid som förberedelser och matservering pågår.

Råd till dig som sköter mathantering och köksgöromål

- tvätta händerna med tvål och vatten före all livsmedelshantering och måltider
- använd rent köksförkläde
- ingen buffé- eller självservering (varken till personal eller vårdtagare) d.v.s. servera inte något i gemensamma skålar där flera kan ta för sig, utan se till att all mat/fika serveras
- plocka bort all frukt, gemensamt fika, chokladaskar och lösgodis som står framme
- rengör gemensamma kylskåp vid utbrott
- släng matvaror som kan ha berörts av förorenade händer
- använd gärna portions- eller styckförpackade livsmedel som socker, smör och ost
- ta bort disktrasor och handdukar i gemensamma kök och använd istället engångstrasor och torkpapper
- placera använt porslin, bestick, glas och brickor direkt i diskmaskin/brickvagn och diska i normallångt program
- utför noggrann handhygien mellan disk- och mathantering

Städning, rengöring och desinfektion

Ytor nära vårdtagare med vinterkräksjuka förorenas kraftigt med virus.

Vinterkräksjukevirus är mycket tåligt och kan överleva länge utanför kroppen.

Därför är det viktigt att rengöra och desinfektera ofta och noga, samt då kräkning eller avföring kommit ut i omgivningen.

- Torka upp eventuell förorening med absorberande material.
- Använd Virkon® och med fördel engångsduk/mopp. Vid större mängd förorening rengör först med rengöringsmedel och vatten.
- Torka/bearbeta ytan och omkringliggande ytor noga. Ytan ska vara fuktig i 10 minuter (inverkningsstid).

Städutrustning (stativ skaff och hink) samt flaskor med rengörings- och desinfektionsmedel rengörs och desinfekteras efter varje användning. Mopp och flergångsstäddukar placeras i vattenlöslig tvättsäck och tvättas i lägst 60 grader.

Daglig städning

Desinfektera tagytor som exempelvis handtag på hjälpmedel, säng, sängbord, hållare för torkpapper, toaletsits, spolknapp, kranar och dörrhandtag med Virkon®.

Desinfektera tagytor i skölj och tvättstuga som exempelvis olika handtag, kranar, diskbänkar, spoldesinfektor, lucka till tvättmaskin och tvättmedelsfack med Virkon®.

Utökad daglig städning vid utbrott

Desinfektera tagytor i gemensamma utrymmen exempelvis ledstänger, hissknappar och dörrhandtag *minst* en gång varje dag.

Utför extra städning av gemensamma toaletter och personaltoaletter *flera gånger per dag*. Desinfektera tagytor som kranar, dörrhandtag, spolknapp och toaletsits. Använd signeringslista.

Vid större smittspridning kan särskilda åtgärder bli aktuella för att bryta smittvägar. Detta avgörs i samråd med Smittskydd Vårdhygien.

Slutstädning efter smittfrihet eller flytt från rum/lägenhet

Rengör alla ytor i lägenhet/rum med tillhörande hygienutrymme. Använd rengöringsmedel och vatten.

Komplettera därefter med att torka av tagytor i lägenhet/rum och tillhörande hygienutrymme med Virkon®.

Golv rengörs med rengöringsmedel och vatten, förutsatt att punktdesinfektion skett.

Släng toalettpappersrulle och engångsmateriel(exempelvis handskar, förkläden tvättlappar och inkontinenshjälpmedel) som varit i vårdtagarens närhet eller hanterats av personal. Släng även öppnade förpackningar med engångsmateriel som förvarats i närförråd.

Byt toalettborste.

Öppna upp madrassöverdrag, inspektera madrasskärna och överdragets insida, så de är synligt rena och hela. Tvätta avtagbar klädsel till madrass i lägst 60 grader.

Torka synligt ren icke avtagbar klädsel med Virkon®. Byt ut och kassera överdrag och madrass som är skadade eller om läckage skett till madrasskärna i samråd med chef.

Tvätta bäddtextilier som kuddar, täcken, filter, eventuellt lyftskynke, långa gardiner och tyg- och duschdraperier i 60 grader. Tvätta även använda kläder. Bädda rent i sängen.

Rengöring och desinfektion av flergångsartiklar, utrustning och hjälpmedel

Rengör och desinfektera flergångsartiklar exempelvis bäcken, bidéskål, urinflaskor i spoldesinfektor. Flergångsinstrument som exempelvis sax och pincett rengörs och desinfekteras efter varje användning i diskdesinfektor.

Medicinteknisk utrustning som delas mellan olika vårdtagare exempelvis blodtrycksmanschett och stetoskop ska rengöras och desinfekteras efter användning med Virkon® om tillverkaren tillåter. I annat fall använd alkoholbaserat ytdesinfektionsmedel med tensider.

Hjälpmedel bör om möjligt vara vårdtagarbundna. Innan hjälpmedel används av annan vårdtagare ska de rengöras och desinfekteras med Virkon®.

Hjälpmedel som återlämnas till hjälpmedelscentral ska vara synligt rena och punktdesinfekterade.

Avfall

Lägg allt avfall direkt i en plastpåse och knyt ihop den på rummet/lägenheten. Använd dubbla påsar om det finns risk för läckage. Hantera sedan avfallspåsarna som vanligt.

Tvätt

Sortera och hantera tvätten i vårdtagarens rum/lägenhet. Lägg ingen tvätt på golvet eller på möbler. Placera tvätten i vattenlöslig tvättsäck eller annan plastpåse före transport till gemensam tvättstuga. Vattenlöslig tvättsäck placeras eller plastpåse töms direkt i tvättmaskinen för att få en säker tvätthantering.

Tvätta vårdtagarens tvätt separat från annan vårdtagares tvätt. Tvätta kläder efter plaggets märkning samt sängkläder och handdukar i 60 grader.

Rengör vred och tagytor på tvättmaskinen med Virkon® efter att smutstvätten placerats i tvättmaskinen.

Tvätt som skickas till tvätteri hanteras enligt tvätteriets lokala anvisning.

Besökare

Besök till vårdtagare med misstänkt eller konstaterad vinterkräksjuka *bör* undvikas. Vid eventuellt besök informera om smittrisen och vidta följande åtgärder:

- besökare uppmanas till god handhygien före och efter besöket
- besök sker i vårdtagarens rum/lägenhet
- besökare ska inte vistas i gemensamma utrymmen och inte besöka andra boende

[Information till besökare](#)

Besökare som har eller haft symtom på vinterkräksjuka inom de senaste 48 timmarna eller har någon i sin närhet som är eller har varit sjuk, ombeds vänta med besöket.

Behandling/undersökning på annan enhet

Flytta inte vårdtagare till andra enheter eller vårdformer om det inte finns starka medicinska skäl. Informera personal på mottagande enhet om vårdtagare har

pågående symtom eller haft symtom de senaste 48 timmarna samt om någon annan på enheten har symtom på vinterkräksjuka.

Överflyttning mellan olika vårdformer

Se rutinbeskrivning "[Överflyttning av vårdtagare mellan olika vårdformer](#)"

Transport

Samtransportera inte smittsam vårdtagare tillsammans med andra. Informera vid beställning av sjukresa om att vårdtagaren har en pågående tarminfektion. Enligt sekretesslagen har chauffören ingen rättighet att bli informerad om vilken smitta vårdtagaren bär på.

Vårdtagare uppmanas/får stöd till att ha rena händer och rena kläder. Mottagande enhet ska vara informerad och förberedd.

Smittfriförklaring

Vårdtagare räknas som inte smittsamma efter 48 timmar utan symtom.

I samband med det:

- låt vårdtagaren duscha och ta på sig rena kläder
- utför slutstädning enligt ovan
- byt handdukar och badlakan
- bädda rent i sängen

Vårdtagare kan därefter dela rum, toalett och dusch med andra. Denne får röra sig fritt på enheten, äta i gemensam matsal och delta i aktiviteter med andra.

Personal med uppdrag inom olika verksamheter

Personal som har uppdrag i andra verksamheter t.ex. läkare, sjuksköterskor, aktivitetssamordnare, fysioterapeuter eller arbetsterapeuter ska arbeta på ett sätt som inte sprider smitta mellan verksamheterna.

- Gör om möjligt besök hos vårdtagare med symtom sist på arbetspasset, efter insatser i verksamheter som inte har vårdtagare med vinterkräksjuka.
- Tillämpa skärpta hygienrutiner vid besök hos vårdtagare med vinterkräksjuka.
- Byt arbetskläder direkt efter besöket.

Nödvändiga insatser får aldrig undanhållas vårdtagare med misstänkt eller konstaterad vinterkräksjuka.

Personal

Personal som sköter vårdtagare med symtom får äta och fika i gemensamt personalrum efter noggrann handhygien, men ska inte ta av gemensam mat eller fika utan ska bli serverad av kollega.

Personal med symtom på vinterkräksjuka får inte arbeta. Personal som insjuknar på arbetet ska genast gå hem

Personal som varit sjuk och helt kan befrias från arbetsuppgifter som omfattar hantering av oförpackade livsmedel kan återgå i arbete efter 24 timmars stabil

symtomfrihet. I annat fall gäller återgång till arbete först efter 48 timmars symtomfrihet.

Personal med sjuka närstående kan arbeta om de inte själva har symtom. De ska duscha och byta till rena kläder innan arbetspasset påbörjas.

Extra smittskyddsåtgärder vid utbrott

Utbrott av vinterkräksjuka, (d.v.s. när två eller fler vårdtagare och/eller personal insjuknar i nära anslutning till varandra), kan ske och pågå under lång tid inom vård och omsorg, om inte åtgärder vidtas snabbt för att förhindra smittspridning. Extra smittskyddsåtgärder kan bli aktuella om någon eller några av nedanstående situationer uppstår:

- utbrottet är inte avgränsat till en enhet
- personal som inte vårdat vårdtagare med symtom insjuknar
- kohortvård kan inte bedrivas

Beslut om extra smittskyddsåtgärder fattas av enhetschef i samråd med MAS.

Kontakta Smittskydd vårdhygien för rådgivning och stöd.

Åtgärder som kan bli aktuella:

Vårdtagare

- Informera *alla* vårdtagare om hur smittan sprids och hur man förhindrar spridning. Använd informationsmaterialet, [information till vårdtagare](#)
- Se till att *alla* vårdtagarna får möjlighet eller hjälp att sköta sin handhygien. Särskilt viktigt är det att händerna tvättas med tvål och vatten efter toalettbesök och före måltid.
- Låt *alla* vårdtagare om möjligt vistas i sina lägenheter/rum.
- Servera *alla* vårdtagare mat i sina lägenheter/rum.
- Friska vårdtagare på enhet med smittspridning *bör* inte delta i gemensamma samlingar, aktiviteter eller arbete utanför enheten.

Verksamhet

- Tillämpa kohortvård under dygnets alla timmar.
- Vård- och omsorgspersonal *bör* inte arbeta på olika enheter under samma arbetspass. Gäller även nattetid.
- Ställ in gruppaktiviteter och samlingar på aktuell enhet. Överväg även att ställa in aktiviteter och samlingar på boendet där vårdtagare från olika enheter deltar.
- Utöka städning på enheten/boendet och inför desinfektion av tagytor i gemensamma utrymmen och personalutrymmen.
- Städa ur personalkök. Kassera gemensamma livsmedel. Servera inte mat och fika för gemensamt bruk exempelvis pålägg, kakor, frukt, godis i personalutrymmen.
- Utöka informationsspridningen till berörda enligt lokal rutin.
- Informera besökare om pågående utbrott.
- Stäng eventuell gemensam mötesplats på boendet.
- Stäng eventuellt gemensam restaurang för allmänheten.

- Inför eventuellt intagnings-/inflyttningsstopp på aktuell enhet. Exempelvis om kohortvård inte kan bedrivas, om det inte finns ett eget rum/lägenhet med eget hygienutrymme tillgängligt eller om det förekommer en särskild situation/beteende hos vårdtagaren eller övriga vårdtagare som medför ökad risk för smittspridning.

Vid svårkontrollerad smittspridning kan det bli aktuellt att sammankalla en utbrottsgrupp med representanter för berörda funktioner för effektiv hantering av utbrottet.

Uppföljning efter utbrott

Efter avslutat utbrott sammanställs och skickas en slutrapport till medicinskt ansvarig sjuksköterska med kopia till Smittskydd Vårdhygien. Detta för att man i respektive kommun ska kunna sammanställa antalet utbrott, beskriva problemets omfattning och för att kunna följa effekterna av åtgärderna för att minska smittspridning.

Efter avslutat utbrott bör en utvärdering/uppföljning göras på respektive enhet tillsammans i personalgruppen för att lära av bra och mindre bra handläggning. Smittskydd Vårdhygien medverkar om möjligt.

[Slutrapport efter utbrott](#)

Lokal rutin

Varje kommun ska upprätta sin lokala rutin där det tydligt framgår handläggning vid enstaka fall respektive utbrott. Rutinen ska vara känd på alla nivåer inom organisationen och vara ett komplement till Smittskydd Vårdhygiens riktlinjer vid vinterkräksjuka på särskilt boende samt ska utgå från respektive kommuns lokala förhållanden.

Rutinerna ska innehålla följande aspekter:

- Ansvarsfördelning och ledning
- Bemanning
- Utbildning och spridning av information
- Kommunikation med berörda personer
- Hantering av avfall, tvätt, städning, mat, disk etc. utifrån lokala förhållanden
- Uppföljning, utvärdering och återkoppling

Som stöd för framtagande av lokal rutin finns en gemensam mall framtagen av hygienrådet.

[Stöd för framtagande av lokal rutin](#)