

Vårdhygieniska riktlinjer vid vinterkräksjuka i ordinärt boende

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.

Vanliga symtom är plötsliga kräkningar och/eller diarréer. Inkubationstiden är ett-två dygn och symtomen varar normalt i ett-tre dygn. Småbarn, äldre, och personer med kroniska eller andra allvarliga sjukdomar kan vara sjuka längre tid.

Smittsamheten är ofta mycket hög eftersom personer med symtom utsöndrar stora mängder virus i avföring och kräkning och det behövs endast en mycket liten mängd virus för att bli sjuk. Viruset är också mycket tåligt och kan överleva länge i miljön utanför kroppen.

Smittspridning sker när virus från avföring och kräkning når munnen via händer, livsmedel, förorenade ytor och föremål. Nära kontakt med person som har symtom innebär störst risk för att bli smittad.

Misstänkt fall av vinterkräksjuka

Överväg alltid om symtomen kan bero på vinterkräksjuka när en vårdtagare kräks och/eller har diarré. Vinterkräksjuka ska särskilt misstänkas när vårdtagare plötsligt kräks eller får diarré, epidemi pågår i samhället, närstående insjuknar eller när vårdpersonal insjuknar.

Reagera och agera korrekt redan vid första misstänkta fallet:

- Informera berörda.
- Tillämpa skärpta hygienrutiner.
- Avdela ett fåtal personal att enbart ge vård och omsorg till den som är sjuk.
Denna personal hanterar inte livsmedel till andra.

Ett utbrott av vinterkräksjuka, ska misstänkas när två eller fler vårdtagare och/eller personal insjuknar i nära anslutning till varandra. Det är något som kan pågå under lång tid inom vård och omsorg, om inte korrekta åtgärder vidtas tidigt.

Hygienrutiner vid magsjuka

Ta fram och använd ”checklista hygienrutiner i ordinärt boende vid vinterkräksjuka”, som stöd redan vid första insjuknandet.

[Checklista hygienrutiner i ordinärt boende](#)

Information i verksamheten

Informera berörda personer enligt lokal framtagen rutin då en eller flera vårdtagare eller personal insjuknar.

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

Skärpta hygienrutiner

Alkohol tar inte död på vinterkräksjukevirus! Vid kontakt med vårdtagare där vinterkräksjuka kan misstänkas eller är konstaterat ska skärpta hygienrutiner tillämpas.

- Tvätta händerna med flytande tvål och vatten efter kontakt med vårdtagaren eller dennes omgivning. Torka händerna ordentligt torra. Desinfektera därefter händerna med handdesinfektionsmedel. Detta ska alltid utföras innan personalen lämnar vårdtagarens bostad.
- Använd långärmat plastförkläde vid kontakt med vårdtagare, bäddning, kontakt med förorenade saker som tvätt, avfall, samt vid städning.
- Använd både handskar och plastförkläde vid kontakt med kräkning eller diarré.
- Använd munskydd klass II R 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 bostaden.

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 material finns tillgängligt för personal hos vårdtagaren:

- Flytande tvål
- Torkpapper
- Handdesinfektionsmedel
- Långärmat plastförkläde
- Handskar
- Munskydd klass IIR, om vårdtagaren kräks och det finns risk för stänk

Material förorenas lätt så ta bara med material eller förvara material hos vårdtagaren för de närmaste dygnet.

Avdela särskild personal

För att minska risken för smittspridning rekommenderas att särskild omvårdnadspersonal avdelas att ge vård och omsorg till vårdtagare med symtom, fram till 24 timmar förflutit från sista symtom. Gör en plan inför varje arbetspass, och utgå från följande:

- fördela så långt som möjligt särskild omvårdnadspersonal att bara gå till vårdtagare med symtom
- personal som sköter vårdtagare med symtom ska aldrig laga mat, hantera oförpackade livsmedel, eller delta i köksgöromål hos andra
- förlägg om möjligt besök hos vårdtagare med symtom sist på arbetspasset

Vårdtagaren

Informera vårdtagare 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](#)

Vårdtagare med symtom avdelas om möjligt egen toalett i hemmet.

Vårdtagare rekommenderas undvika att träffa andra personer utanför hushållet d.v.s. avstå att delta i gemensamma aktiviteter eller gå till daglig verksamhet tills minst ett dygn förflutit från sista symtom.

Minska risken för att andra ska smittas

Hjälp/stöd vårdtagare (som har insatser med personlig hygien eller städ), när det gått minst ett dygn från sista symtom med följande:

- låt vårdtagaren duscha och ta på sig rena kläder
- byt handdukar
- bädda rent i sängen
- kasta engångsmaterial såsom handskar, plastförkläden, toalettrulle och inkontinenshjälpmedel, som varit i vårdtagarens närhet eller hanterats av personal och som kan ha förorenats
- städa enligt nedan

Mathantering

Servera vårdtagare med symtom eller vårdtagare som kan vara smittade all mat och dryck i sitt hem.

Personal som vårdar vårdtagare med symtom ska INTE laga mat, hantera oförpackade livsmedel, eller delta i köksgöromål hos andra under samma arbetspass.

Städning

Ytor nära vårdtagare med symtom förorenas kraftigt med virus, och dessa kan överleva lång tid i miljön. Utför städning i samband med insats.

Var extra noga:

- där "olyckor" skett
- med toalett och handfat
- med tagytor på säng, sänggrind, sängbord och handtag på hjälpmedel.

Använd rengöringsmedel och vatten. Desinfektera därefter toalett och handfat med Klorin® lösning (blanda en del klorin med nio delar vatten) om vårdtagaren

har det tillgängligt. Lämna ytan fuktig under hela inverknings tiden, på 10 minuter. Använd handskar.

Tvätt

Om insatsen innefattar hjälp med tvätt i gemensam tvättstuga sorteras och hanteras tvätten i vårdtagarens lägenhet. Placera smutstvätten i plastpåse som i förväg kan märkas med gradtal som tvätten tål. Påsen kan därefter tömmas direkt i tvättmaskinen utan att personal behöver sortera och hantera tvätten i tvättstugan. Smutstvätten tvättas separat från annan vårdtagares tvätt med undantag från familjens.

Tvätt som skickas till tvätterier skickas enligt tvätteriets lokala anvisning.

Avfall

Lägg avfall direkt i en plastpåse och förslut den i hemmet. Använd dubbla påsar om det finns risk för läckage av kroppsvätskor. Hantera sedan avfallspåsarna på vanligt sätt.

Överflyttning mellan olika vårdformer

Se dokumentet:

[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.

Personal med uppdrag inom olika verksamheter

Personal som har uppdrag i andra verksamheter t.ex. läkare, sjuksköterskor, sjukgymnaster 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 alltid bli serverad av kollega. Vid pågående utbrott i verksamheten bör det inte finnas mat och fika för gemensamt bruk exempelvis pålägg, kakor, frukt, godis i personalutrymmen.

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.

Uppföljning efter utbrott

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

Lokal rutin

Varje kommun ska upprätta sin lokala rutin där det tydligt framgår handläggning vid enstaka fall respektive utbrott, som är känd på alla nivåer inom organisationen. Rutinen ska vara ett komplement till Smittskydd Vårdhygiens vårdhygieniska riktlinjer vid vinterkräksjuka i kommunal vård och omsorg, checklistor, etc. och ska utgå från respektive kommuns lokala förhållanden.

Rutinen ska innehålla följande aspekter:

- Ansvarsfördelning och ledning
- Bemanning
- Utbildning och spridning av information
- Kommunikation med berörda personer
- Utrustning
- Hantering av avfall, tvätt, städning, mat, 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](#)