

 Österbottens välfärdsområde Pohjanmaan hyvinvointialue	Dokumenttyp ANVISNING FÖR PROFESSIONELLA		Sida 1 (4)
Namn Bältros - Instruktioner till långtids- och hemvården	Förberedd av: Hygienskötare Enhetens namn: Kvalitet och tillsyn Datum: 16.3.2023	Godkänd: S. Grönroos-Pada Datum: 16.3.2023	Uppdaterad: Enhetens namn Datum:
Allmänt om bältros Bältros (herpes zoster) är en lokal hudinfektion som orsakas av vattkoppsviruset (varicella zoster) som efter en genomgången vattkoppsinfektion stannar latent i ryggradens nervrot. Bältros är oftast lokaliserad vid bröstkorgen, kring halsen, vid bäckenet eller kring huvudområdet; vid ögonnerven, övre eller nedre käkens nervområde eller kring örat. Människans immunförsvar sjunker naturligt då människan åldras eller t.ex. drabbas av en svårare sjukdom. Då kan det latent viruset aktiveras och röra sig via nerverna till huden. Ungefär 2% av 40-åringar har insjuknat i bältros någon gång i livet. Av 50-åringar har 5% insjuknat och av de som är 70 år eller äldre har 10% haft bältros. Vissa människor insjuknar i bältros flera gånger under sitt liv. Bältrosviruset kan vara farligt för svårt sjuka barn med immunbrist, åldringar samt gravida kvinnor. Infektion och symptom Viruset sprids via luft-, dropp- och kontaktsmitta via den insjuknades luftvägar och hudblåsor. Bältros smittar lätt och t.o.m. en väldigt kort exponering till en person med bältros kan leda till att en person som har lätt att få bältros blir smittad. Bältros börjar vanligen med ett rödfläckigt utslag och små blåsor. Vanligtvis förekommer dessa på någondera sidan av kroppens sagittallinje nära det sensoriska nervområdet. Dessutom kan det förekomma pre-symptom som känselnedsättning, smärta, sveda, brännande känsla, huvudvärk, ljuskänslighet, nedsatt matlust, illamående eller uppkastningar. Bältros brukar ha en så typisk sjukdomsbild att laboratoriediagnostik inte behövs. Virus kan påvisas odlingsprov från blåsans sekret eller med ett antigen test. Även antikroppsanalys kan användas. Vattkoppsviruset smittar lätt och sprids från människan till en annan via kontaktsmitta; antingen genom direkt kontakt eller kontaminerade ytor. Virus kan även spridas i luften som aerosolsmitta. Blåsorna är till en början klara och har en diameter på några millimeter. Mängden blåsor ökar i några dagar eller t.o.m. en vecka. Mängden kan variera från några få till hundratals. Att lägga ett hydrocolloidförband på bältrosblåsorna förhindrar bättre att viruset sprids till omgivningen än ett helt vanligt fixeringsförband. Blåsorna bildar sårskorpor när de börjar läka. När blåsorna har torkat anses inte personen mera vara smittsam. Läkningsfasen pågår i 4 - 6 veckor då hudförändringarna försvinner. Oftast lämnar inga synliga tecken på utslagen, men smärta kan förekomma i längre tider på de ställen där utslagen funnits. Den vårdande läkaren skall alltid kontaktas om:			

- bältrosen är på pannan, näsan eller nära ögonen
- den som insjuknat i bältros har nedsatt immunförsvar p.g.a. sjukdom eller medicinering
- bältrosen orsakar hård smärta
- blåsorna är utspridda på ett stort område
- allmäntillståndet försämras
- den som insjuknat är över 60 år.

Vård

Det finns två olika förebyggande vacciner, ett rekombinant vaccin som kan ges till personer med nedsatt immunförsvar (effektiviteten för att förebygga bältros och postherpetisk neuralgi är 90-98 %) och ett levande försvagat vaccin som inte bör ges till personer med kraftigt nedsatt immunförsvar (effektiviteten för att förebygga bältros och postherpetisk neuralgi är över 60 %).

Virusläkemedel brukar påskynda återhämtningen av sjukdomen, ifall de påbörjas senast tre dagar efter att utslagen börjat.

- Smärtlindring
 - Antiinflammatoriska och smärtstillande mediciner, till svår smärta rekommenderas mediciner som passar vid neurotisk smärta
 - Bedövande gel (t.ex. lidocain)
- Mot klåda
 - Antihistamin
 - Dusch med ljummet vatten, torka huden försiktigt med klappande rörelser
 - Kylförpackning
 - Antibakteriella salvor vid behov
 - Kläderna skall vara lösa så att det inte spänner vid huden
 - Då sårskorporna har bildats kan huden smörjas med bassalva
 - Se till att inte huden bränns i solen!

Annat värt att tänka på

Boende skall instrueras ordentlig handhygien, hen skall undvika att klia sig och naglarna skall hållas korta. Vid behov kan man lägga tunna bomullshandskar på händerna för att undvika kliande. Ifall patienten måste förflyttas till en annan enhet skall den mottagande enheten informeras om isoleringsbehovet.

Försiktighetsåtgärder

Alla som deltar i patientens vård och omsorg följer samma försiktighetsåtgärder.

Sedvanliga försiktighetsåtgärder är tillräckliga för lokaliserad bältros om boende inte har nedsatt immunförsvar och om blåsorna kan täckas. I detta fall kan den boende vistas utanför rummet.

I annat fall utförs behandlingen enligt principerna för kontaktsmittan och den boende stannar i sitt rum. Vid vården följer man försiktighetsåtgärder vid kontaktsmitta.

- Smittan sker direkt via sekret eller beröring med händer eller indirekt via smutsiga ytor och redskap. Idén med försiktighetsåtgärderna för kontaktsmitta är att bryta smittovägarna via god handhygien och användning av skyddsutrustning.

- Skyddshandskar används då man rör i patienten eller hens näromgivning. En långärmad skyddsrock och skyddshandskar skyddar mot kontaktsmitta. Kirurgisk mun-nässkydd och visir skyddar från sekret och stänk.

Isoleringspraxis

Ifall patienten inte har ett eget badrum på sitt rum kan hen använda det gemensamma badrummet efter alla andra. Kom ihåg en ordentlig mellanstädning efter att badrummet använts. För övrigt skall de gemensamma utrymmena undvikas. Med isolering försöker man förhindra att smittan sprids vid enheten.

Flergångsvårdtillbehör som feber- och blodtrycksmätare är bra att behålla patientspecifika under isoleringstiden. Ifall dessa måste lånas för att användas med en annan patient/klient skal de rengöras ordentligt t.ex. med Erisan Oxy+, Easydes eller desinfektionsdukar. Material som används vid vård (allt från kläder till blöjor till sårvårdsmaterial) skall man försöka reservera för endast en dags bruk inne på rummet. Sekretdesinfektion görs vid behov med Klorilli 1000 ppm.

Kom även ihåg att regelbundet byta sängkläder och handdukar. Det kan exempelvis vara bra att byta dynvaret varje dag ifall bältrosblåsorna är vid ansiktsområdet och de varar mycket. Isoleringen för kontaktsmitta kan avslutas efter att blåsorna torkat.

Handledning av patient / klient

- Vi handleder patienten / klienten till god handhygien
 - Handtvätt med tvål och vatten alltid efter wc-besök samt då händerna är synligt smutsiga.
 - Användning av handdesinfektionsmedel innan maten, innan man lämnar sitt rum, efter utevistelse samt före och efter ordnat dagsprogram.
 - Rekommenderas att man inte berör bältrosområdet.

Städning, avfall, smutstvätt och måltider

Vid boendeenheten/långtidsvården skall patientens/klientens rums städas dagligen med rumsspecifika städredskap. Fäst extra uppmärksamhet vid kontaktytor! Vid behov sekretdesinfektion med Klorilli 1000 ppm. Hemmen städas som vanligt, men kontaktytorna skall rengöras dagligen. Handdukar och lakan skall bytas oftare än vanligt (ta i beaktan hur många blåsor personen med bältros har samt hur mycket de varar). Smutstvätten skall tvättas separat från andra boendes tvätt. Smutstvätten behandlas med skyddshandskar. Engångsmatkärl och –bestick behövs inte vid bältros.

Gäster och anhöriga

Vi rekommenderar inte besök hos en patient med aktiva bältrosblåsor. Av tvingande skäl kan anhöriga då besöka patienten/klienten, men anhöriga måste ha själv haft vattkoppor eller blivit vaccinerade mot sjukdomen. Personer med svår immunbrist eller gravida får inte besöka patienten / klienten så länge hens bältros är i blåsskedet. Anhöriga skall instrueras i handhygien samt skyddsutrustning.

Personalen och bältros

Ifall personalen misstänks vara exponerad (de har inte själv haft vattkoppor eller blivit vaccinerade eller har någon typ av immunbrist) skall företagshälsovården omedelbart kontaktas för utredningar.

- Gravida, som inte är immuna mot bältros, skall inte delta i vården av bältrospatienter.
- Bältros kan smitta vattkoppsviruset. Vattkoppor under graviditet kan orsaka graviditetskomplikationer (fråga närmare av din egen barnmorska eller hälsovårdare vid rådgivningen).
 - Kontraindikationer för vattkoppsvaccinet är graviditet, svår cell-medierad immunbrist samt svår neomycinallergi.

Nyckelord: Bältros, herpes zoster, försiktighetsåtgärder

Referenser/tilläggsinformation:

Österbottens välfärdsområde • www.osterbottensvalfard.fi • Växel 06 218 1111

Denna anvisning är avsedd för professionella inom vårdbranschen.