

CRYPTOSPORIDIUM HEMVÅRDSRÅD

Avföringsodling, som tagits den _____, har följande fynd konstaterats _____

Vad är Cryptosporidium?

Cryptosporidium är en parasit som kan orsaka vattentunna diarréer, illamående och smärtor i magen. Symtomen går vanligtvis över av sig själv inom någon eller några veckor. Ifall du lider av en sjukdom som sänker immunförsvaret kan du ha symtom längre. Cryptosporidium är mycket smittsam. Både människor och djur kan bära på Cryptosporidium och insjukna.

Hur smittar Cryptosporidium och hur länge är man smittsam?

För att Cryptosporidium ska orsaka sjukdom måste parasiten komma ner i tarmen via munnen. Cryptosporidium smittar genom avföringskontakt. Antingen genom nära kontakt till smittad person eller insjuknade djur, t.ex. kalvar eller att man sväljer mat eller dryck som innehåller smittämnet, t.ex. via förorenade livsmedel, bassängvatten, dricksvatten eller via händerna, som berört ytor som förorenats med djurs eller människors avföring.

Cryptosporidierna är mycket tåliga och hålls länge levande i fuktig jord eller i vatten.

Smittämnet finns i tarmen och kommer ut med avföringen. Smittsamheten är störst under diarréperioden och minskar när symtomen avtar. Parasitens Oocystor kan utsöndras i avföringen ännu ett par veckor efter att symtomen avtagit.

Viktigt att stanna hemma tills diarréerna upphört och avföringen stabiliserat sig och symtomen avtagit.

Du kan återgå till arbete, skola, dagvård efter två symtomfria dagar.

Smittspridning kan förhindras genom extra god handhygien och toaletthygien.

Hur kan du förhindra smittspridning?

God handhygien

Tvätta händerna grundligt med flytande tvål och vatten – använd egen handduk eller engångshandduk

- före hantering av livsmedel, före måltider
- efter toalettbesök, intimhygien, efter att du har skött om någon med diarré
- efter städning, efter hantering av smutsvätt
- efter beröring av produktionsdjur och husdjur, efter besök i ladugårdar

Städhygien, kläder, avfall

- håll toalettstol och lavoar rengjorda – tänk på att stänga toalettlocket vid spolning för att undvika stänk till omgivningen kring toalettstolen
- rengör speciellt ytor, som berörs av händer såsom dörrhandtag, kranar, strömbrytare etc.
- om blöjbarn är smittbärare – tvätta noggrant händerna efter blöjbyte samt rengör skötbordet väl.
- du kan använda vanliga rengöringsmedel som finns i hemmet och om möjligt engångsstäddukar som slängs i avfall efter varje städning
- klädtvätt i normalt tvättprogram, rek. minst 60° eller den temperatur plaggen tål
- avfall som innehåller avföring, t.ex. blöjor, sätts omedelbart i avfallspåse som försluts och sedan kasseras som vanligt hushållsavfall

God livsmedelshygien – hantera råvaror med rena händer

- skölj råa grönsaker och rotfrukter väl. Tillred allt kött omsorgsfullt, hantera opastöriserad mjölk hygieniskt

- drick, använd enbart rent vatten, även till grönsaksodlingar (Obs:brunnsvatten)

Undvik bada i pool, simbassäng

- under symtom samt i två veckor efter att symtom upphört

Egenvård vid diarré

- inta tillräckligt med vätska (salta och söta drycker i lämpligt förhållande), tex saft, vatten, te
- mjölkprodukter, kaffe, drycker som innehåller sötningsmedel kan förstärka diarrén
- ät små mängder åt gången, lättsmält mat

Kontakta vården för vidare information, åtgärder

- ifall du har en sjukdom som påverkar immunförsvaret, misstanke om uttorkning (spec. litet barn, åldring), förhöjd feber osv.

Övriga familjemedlemmar, gäster, hemvårdspersonal

- anhöriga, gäster tvättar händerna grundligt med tvål och vatten efter man har hjälpt den insjuknade med toalettbesök, intimhygien och alltid före matlagning, före måltider hos den insjuknade
- personal inom hemvården/övrig vårdpersonal använder alltid engångsskydd i vården (skyddshandskar, skyddsförkläde/-rock) enligt skild anvisning
- vårdpersonal använder förutom handtvätt med tvål och vatten handdesinfektionsmedel

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

Denna anvisning är ämnad för våra patienter som är i ett vårdförhållande.