

Magsjuka (virusorsakad gastroenterit)

Avsnittet i Vårdhandboken heter
”Infektioner i magtarmkanalen”

Kommunerna i Kronobergs län

Vårdhygieniska rutiner inom
kommunal vård och omsorg i
Kronobergs län

Framtagen av

Lena Bodin, MAS Uppvidinge Kommun
Åsa Svensson, MAS Älmhults kommun
Katarina Madehall, Hygiensjuksköterska
Lena Nilsson, Hygiensjuksköterska
Smittskyddsenheten

Utgåva

08

Ersätter

2013-12-17

Godkänd och fastställd av

Medicinskt ansvarig sjuksköterska i respektive
kommun

Fastställd

2016-04-29

Giltig från

2016-04-29

Implementeras av

Respektive chef för sin personal

Magsjuka orsakas vanligen av virus och utgör varje år stora problem bl.a. inom särskilda boenden men även inom hemtjänstgrupper i ordinärt boende. Vanliga symtom är kräkningar och/eller diarréer, ofta hastigt insjuknande.

Smittsamheten är stor eftersom utsöndringen av virus är mycket hög och endast ett litet antal viruspartiklar behövs för att smitta. Virusmagsjukor är vanligast under vinterhalvåret men förekommer även på sommaren.

Smittämne	Inkubationstid	Epidemiologi	Duration
Calicivirus (noro- och sapovirus)	1-2 dygn	Alla åldrar. Utbrott på sjukhus och andra vårdinrättningar. Virus kan påvisas i avföring flera veckor efter magsjuka. Smittsamheten minskar succesivt. Hos immunsupprimerad person kan virus utsöndras under mycket lång tid.	1-4 dygn
Rotavirus	1-3 dygn	Framför allt mindre barn och äldre. Utbrott på barnkliniker och äldreomsorgsenheter är vanligt.	3 (-8) dygn

I samband med magsjukor, oberoende av smittämne, kan man med konsekvent genomförda basala hygienrutiner minska smittspridningen betydligt.

Smittspridning via mathantering är en stor riskfaktor!

Använd checklista och symtomlista redan när första vårdtagaren insjuknar.

Smittspridning

Smittspridning sker genom att smittämnen som utsöndras med tarminnehållet når munnen via livsmedel eller våra händer (fekal-oral smitta). Det är en kontaktsmitta, direkt kontakt med smittsam person (t.ex. via händerna) eller indirekt kontakt med smittämnet via förorenade ytor eller föremål. Vid häftiga kräkningar och diarréer bildas droppar (droppsmitta) som kan innebära risk för smitta (inom armlängds avstånd) men smittan är i övrigt inte luftburen.

Vid smittspridning/utbrott, d.v.s. om tre personer (vårdtagare och/eller personal) eller fler insjuknat under en sjudagarsperiod där smittspridning kan misstänkas, ska medicinskt ansvarig sjuksköterska i kommunen informeras. Medicinskt ansvarig sjuksköterska meddelar sedan vårdhygien.

- Var observant så inte andra diagnoser missas under ett utbrott!
- Hemtagningsstopp beslutas endast i samråd med medicinskt ansvarig sjuksköterska.
- Provtagning för utbrottet görs i samråd med medicinskt ansvarig sjuksköterska och vårdhygien eller smittskydd.
- Skylt till besökande sätts upp efter samråd med medicinskt ansvarig sjuksköterska (se bilaga "Förslag till skylt vid magsjuka-utbrott").
- Vårdtagare kan tas emot från sjukhusavdelning med utbrott om han/hon har varit sjuk, men är symptomfri sedan 2-3 dygn eller kan ha varit utsatt för smitta, men ännu inte insjuknat. Detta under förutsättning att egen lägenhet med tillgång till egen toalett kan ordnas och att vårdtagaren kan stanna i lägenheten under inkubationstiden, 2-3 dygn.

Om någon vårdtagare från enhet med smittspridning/utbrott behöver omhändertagande på annan enhet skall **mottagande enhet alltid informeras** om att det pågår smittsam magsjuka på enheten, även om vårdtagaren själv ännu inte fått magsjuka!

Checklistor

Det finns checklistor (se bilaga "Checklista vid magsjuka") med två åtgärds paket som används beroende på hur många som är sjuka. Sjuksköterska och enhetschef gör tillsammans en bedömning av åtgärderna dag för dag. Så många åtgärder som möjligt används. Sätt kryss för aktuell åtgärd och signera. Diskutera med medicinskt ansvarig sjuksköterska vid behov. Denna information ska sedan finnas tillgänglig för personalen att arbeta efter. Vid kohortvård (grupp av smittade som vårdas av egen personalgrupp) anges vilka lägenheter/rum som ingår i kohorten.

Symtomlista/Insjuknandekurva/Slutrapport

Sjuksköterskan ansvarar för att symtomlistan (se bilaga "Symtomlista vid magsjuka") fylls i och gör bedömningen när smittfriförklaring kan göras. Personer med gravt nedsatt immunförsvar kan vara smittsamma under längre tid.

Insjuknandekurva (se bilaga "Insjuknandekurva") upprättas av sjuksköterska och enhetschef, som skriver upp när samtliga (vårdtagare och personal) insjuknade, även återinsjuknade på samma lista. När magsjuka-utbrottet upphört skrivs en slutrapport (se bilaga "Slutrapport efter utbrott av virusgastroenterit").

Insjuknandekurva och slutrapport skickas inom en vecka efter att magsjuka-utbrottet upphört till medicinskt ansvarig sjuksköterska och vårdhygien. Detta görs även från utbrott inom hemtjänstgrupper. Symtomlistan ska inte skickas in.

Provtagning

Provtagning görs som utbrottsdiagnostik och efter kontakt med medicinskt ansvarig sjuksköterska som kontaktar vårdhygien/smittskydd som ordinerar vilka prover som ska tas. Prov tas från 3-5 personer (vårdtagare och/eller personal) kopplade till utbrottet.

Pappersremiss kan användas. Ange vilken enhet som är aktuell. Svar skickas till vårdhygien med kopia till medicinskt ansvarig sjuksköterska för. Även om virus inte påvisas i ett prov kan det vara ett caliciutbrott.

Särskilt boende

Vårdtagare som har symtom på magsjuka bör ha egen lägenhet och egen toalett. När det är möjligt ska vårdtagaren stanna på rummet till 2-3 dygn efter sista kräkning eller diarré. Om den sjuka vårdtagaren delar lägenhet eller toalett med annan vårdtagare bör även han/hon stanna i lägenheten. I de fall vårdtagare inte kan stanna i lägenheten behöver vårdtagaren få hjälp med handhygien och allt som har med mat att göra plockas undan. Informera besökare/anhöriga.

Ordinärt boende

Vårdtagare i ordinärt boende som är magsjuka rekommenderas att vänta med att delta i sociala aktiviteter tills 2-3 dygn efter sista kräkning eller diarré. Checklistans åtgärds paket 1 kan i stort användas av hemtjänsten hos vårdtagare som annars har hjälp med personlig hygien och städning, men får anpassas efter planerade besök. Extra städning av ”tag-på-ställen” får t.ex. göras vid de tillfällen som personal ändå är på plats. Symtomlista och insjuknandekurva kan vara till stöd inom en hemtjänstgrupp för att hålla ihop ett utbrott. Slutrapport ska fyllas i vid utbrott inom en hemtjänstgrupp.

Basala hygienrutiner

All personal runt vårdtagaren skall konsekvent tillämpa basala hygienrutiner. Eftersom virus kan finnas även i till exempel torra lakan kan handskar användas mera vid magsjuka än annars. Det är då **viktigt att byta handskar ofta** så att man inte sprider smitta med handskarna.

- Använd **handdesinfektion** före och efter.
- Använd **handskar** i alla moment där det finns risk att händerna kommer i kontakt med kroppsvätskor/virus t.ex. nära vård, kontakt med säng/sängkläder. Byt handskar mellan olika moment. Glöm inte desinfektera händerna även när handskar har använts.
- **Tvätta händerna** med tvål och vatten före handdesinfektion om det kan ha kommit föroreningar direkt på händerna eller underarmarna.
- Använd **engångsförkläde** i alla moment där arbetsdräkten riskerar att förorenas. Byt arbetskläder om de har förorenats.
- Placera handskar, engångsförkläden och handdesinfektion nära till hands inne i lägenheten.

Vårdtagare

Vårdtagaren tvättar och desinfekterar händerna före måltid och efter toalettbesök.

Kohortvård

Genom att de magsjuka och de som betraktas som smittade (delat lägenhet/toalett med insjuknade) vårdas av en egen begränsad personalgrupp, som inte vårdar andra eller hanterar livsmedel, ökar möjligheterna att begränsa utbrottet. Kohortvård ska tillämpas dygnet runt. Det är en fördel om den personalen kan ha ett separat personalrum. Enhetschef och sjuksköterska uppdaterar kohorterna dagligen. Om nya vårdtagare insjuknar kontaktas sjuksköterska för förändring i kohorten.

Handhygien livsmedelshantering

- Tvätta alltid händerna före all form av livsmedelshantering.
- Använd flytande tvål och torka torrt med engångshandduk.

- Desinfektera händerna efter handtvätten samt vid behov.

Måltider

Vid smittspridning/utbrott ska alla vårdtagare serveras mat på rummet.

- Servera ingen mat i gemensamma skålar där flera kan ta.
- Ta bort ev. disktrasa. Använd engångshandduk/torkrulle istället.
- Avdela en person som arbetar med mathantering och inte deltar i vårdarbete. Vid tveksamhet rådgör med medicinskt ansvarig sjuksköterska.
- Hantera disken på vanligt sätt, skild från mathantering. Kom ihåg handhygien mellan disk och mathantering. Engångsmaterial behöver vanligen inte användas. Informera kökspersonal om pågående magsjuka. Använd engångshandduk/torkrulle om disk behöver torkas.

Avfall

Konventionellt avfall. Knyt ihop påsarna så de inte läcker.

Tvätt

Hanteras som vanlig tvätt, se avsnitt ”Omhändertagande av tvätt”. Byt sängkläder ofta och handdukar efter varje användning, tvättas i minst 60 °C. Använd engångshanddukar till handtvätt. Kläder tvättas enligt plaggets märkning.

Punktdesinfektion

Torka förorenade (avföring, kräkning m.m.) ytor med ytdesinfektionsmedel. Noggrann mekanisk bearbetning/gnuggning är viktig.

Städning/Desinfektion

Inför extra städning av toaletter flera gånger per dag, gärna med signeringslista. Rengör ”tag-på-ställen” (kranar, spolknapp m.m.) med ytdesinfektionsmedel.

Smittfriförklaring

När 2-3 dygn efter sista kräkning eller diarré har gått får vårdtagaren duscha, ta på rena kläder och få rent i sängen. Lägenheten smittfristädas enligt nedan.

Smittfristädning

För att få bort virus ur miljön behöver rummet städas i samband med smittfriförklaring. Bäst effekt får man om rummet kan städas två gånger av olika personer eftersom man städar lite olika. Den andra städningen kan göras direkt efter den första. Gör en noggrann mekanisk bearbetning/gnuggning, av vårdtagarnära ytor och ställen där man tar med händerna. Byt handskar och städdukar under arbetets gång. Använd engångsförkläde. Golvet städas enbart med rengöringsmedel. Kassera förpackningar med handskar, förkläden och annat förorenat material. Byt toarulle och toaborste.

Smittfristädning vid enstaka vårdtagare

Smittfristädning 1 <i>Med rengöringsmedel</i>	Smittfristädning 2 <i>Alkoholbaserat ytdesinfektionsmedel</i>
Säng, sängbord, andra nära möbler	Gör om smittfristädning 1
Använda hjälpmedel	Kasta förorenat engångsmaterial
”Tag-på-ställen” t.ex. handtag, lysknappar	Byt toarulle och toaborste
Handfat, kranar, toalett	Städa golvet <i>med rengöringsmedel</i>

Smittfristädning vid utbrott

Smittfristädning 1 <i>Med rengöringsmedel</i>	Smittfristädning 2 <i>Med klorbaserade engångsdukar</i>
Säng, söffbord, andra nära möbler	Gör om smittfristädning 1
Använda hjälpmedel	Kasta förorenat engångsmaterial
”Tag-på-ställen” t.ex. handtag, lysknappar	Byt toarulle och toaborste
Handfat, kranar, toalett	Städa golvet <i>med rengöringsmedel</i>

Personal

- Personal bör vara observant på tidiga magsjukesymtom och då stanna hemma, speciellt när magsjuka finns i omgivningen.
- Vårdpersonal som varit magsjuk kan återgå till arbete efter 48 timmars symtomfrihet. Efter virusmagsjuka kan virus påvisas i avföring under flera veckor, men smittsamheten avtar succesivt. Personal förutsätts ha en god handhygien. Om personal kan befrias helt från arbetsuppgifter som omfattar hantering av livsmedel kan återgång i arbete ske efter minst 24 timmars stabil symtomfrihet. Vid livsmedelshantering inklusive matning och sondmat gäller symtomfrihet minst 48 timmar. Administration av läkemedel bedöms inte vara livsmedelshantering.
- Personal som arbetat på smittad enhet kan dagen efter arbeta på frisk enhet under förutsättning att man har duschat, har rena kläder på väg till arbetet och tagit på rena arbetskläder på arbetsplatsen.
- Undvik onödiga förflyttningar, gemensamma samlingar och besök vid pågående utbrott.
- Betrakta köksregionen som ”riskställe”. Inget onödigt spring där.
- Tänk på att även personalrummet med gemensamt kylskåp och andra förvaringsutrymmen kan vara ett riskställe. Ta med personlig matsäck.
- Ät inte gemensam mat som till exempel frukt/godis i skålar, kex, ost m.m.
- Symtomfri personal kan arbeta även om annan person i hushållet har magsjuka under förutsättning att man byter till rena arbetskläder på arbetsplatsen.