

LOKALA RUTINER VINTERKRÄKSJUKAN (CALICIVIRUS) – ORDINÄRT BOENDE

Calicivirus har vid utbrott visat sig vara synnerligen smittsamt. Smittade personer kan vanligen sprida smitta upp till två dygn och ibland längre efter symtomfrihet. Inkubationstiden är 12-48 timmar.

Vinterkräksjukan är en mag-tarmsjukdom som orsakas av ett calicivirus. Denna magsjuka är extremt smittsam och kan via en enda person smitta ner en hel arbetsplats. Sjukdomen är mest aktuell mellan november och april, med en topp i januari-mars, därav namnet vinterkräksjukan.

SMITTSPRIDNING

- Smittan kan spridas mellan personer eller via personalen.
- Virus utsöndras i stora mängder främst i avföringen och kan spridas på olika sätt:
- Via direkt eller indirekt kontakt med smittade personer.
- Via livsmedel som hanterats och förorenats av en person som är eller nyligen har varit sjuk.

SYM TOM

Symtomen är illamående, kräkningar och diarré. Sjukdomen går över av sig själv men vila och vätska rekommenderas.

Vinterkräksjukan kan likna andra magsjukdomar. Det som skiljer är det plötsliga insjuknandet.

Vinterkräksjukan börjar ofta mycket hastigt med kräkningar, diarréer och magsmärtor. Dessa pågår i ett till tre dygn.

Efter att ha haft sjukdom kan man ha ett visst kortvarigt skydd, immunitet, men man kan bli sjuk flera gånger.

OMVÅRDNADSPERSONAL

För att undvika att bli smittad ska personal i förebyggande syfte:

- Använda basala hygienrutiner se dokumentet *länsövergripande hygienrutiner som finns på hemsidan*

ÄLVSBYNS KOMMUN Socialtjänsten	Upprättat (dat.) 2017-05-05	Giltigt (till och med) 2019-05-30	Senast reviderat (dat.) 2017-12-04
Upprättat av MAS	Beslutat av MAS		
Dokumentnamn Lokal rutin vinterkräksjuka Calicivirus ordinärt boende 2017-2019.docx	Dokumenttyp Rutin		1 (2)

- alltid tvätta händerna noga, framför allt före måltider och efter toalettbesök.
- använda flytande tvål och pappershandduk på ställen där många är samlade,
- undvika att äta av bufféer där många händer kommer i kontakt med maten.
- Personal med symtom på eventuell magtarminfektion bör inte tjänstgöra och bör inte tjänstgöra förrän 2 dygn efter symtomfrihet.

EGENVÅRD

Du som är smittad bör tänka på att:

- tvätta händerna ofta
- inte vara på platser där du kan smitta andra
- inte laga mat till andra
- vara hemma från förskola, skola eller arbete minst två dygn sedan du blivit helt symtomfri
- dricka små mängder vätska med täta mellanrum
- vara extra noga med din personliga hygien.

VIKTIGT MED VÄTSKA

Om du kräks mycket eller har mycket diarréer är det bra att dricka vätskeersättning eftersom kroppen förutom vätska även förlorar salter. Det är viktigt att återställa vätskebalansen genom att dricka mycket.

Kroppen tar till sig vätskan bäst genom att du dricker i små portioner med täta mellanrum. När diarréerna avtar kan du börja äta som vanligt igen, men fortsatt att dricka rikligt så länge avföringen är lös.

Du kan blanda vätskeersättning själv eller köpa på apotek. Ge inte egenblandad vätskeersättning till barn under 12 år.

ÄLVSBYNS KOMMUN Socialtjänsten	Upprättat (dat.) 2017-05-05	Giltigt (till och med) 2019-05-30	Senast reviderat (dat.) 2017-12-04
Upprättat av MAS	Beslutat av MAS		
Dokumentnamn Lokal rutin vinterkräksjuka Calicivirus ordinärt boende 2017-2019.docx	Dokumenttyp Rutin		2 (2)