

”Vinterkräksjukan” – (Calicivirus)

– Patientinformation

Vinterkräksjukan är en smittsam magtarm-infektion som orsakas av calicivirus.

En sjuk person kan på kort tid smitta flera i sin omgivning. Det beror på att det finns stora mängder virus i diarré/kräkningar och mycket små virusmängder är tillräcklig för att orsaka sjukdom. Sjukdomen förekommer oftast från november till april med en topp i januari – mars, därav namnet vinterkräksjukan. Efter genomgången infektion får man bara ett visst skydd (immunitet). Man kan alltså bli sjuk flera gånger med kort tid emellan.

Smittspridning

- Mellan personer, framför allt via händer.
- Via förorenade livsmedel och vatten.
- Via livsmedel som hanterats av en person som är eller har varit sjuk.
- Kan även finnas på ytor i omgivande miljö

Symtom

Tiden från smitta till man blir sjuk är 1-2 dygn.

Symtomen är hastigt insjuknande med illamående, kräkningar och/eller diarré samt ibland feber.

Magsjuka orsakad av calicivirus brukar i regel gå över inom två dygn men virus kan finnas kvar i tarmen under längre tid.

Om du eller familjemedlemmar blir smittade:

- Vuxna, för övrigt friska, skall vid symtom stanna hemma och om möjligt undvika att uppsöka vårdcentral, jourcentral eller akutmottagning på grund av risken att smitta andra.
- Både den som är sjuk och den som hjälper någon sjuk måste vara mycket noggrann med

sin handhygien. Tvätta händerna ordentligt och ofta, torka händerna noga på engångshandduk alternativt egen handduk.

- Den som är sjuk skall inte hantera eller laga mat till andra.
- Stanna hemma och träffa så få människor som möjligt under tiden du/ni har symtom, och ytterligare 1-2 dygn efter det att symtom upphört. Avstå om möjligt att besöka sjukhus, särskilda boenden eller motsvarande för att inte sprida influensasmittan.
- Om ni har flera toaletter – avskilj en toalett enbart till den som är sjuk.
- Efter tillfrisknande: Rengör noga den toalett som den sjuke använt. Byt handdukar, duscha och byt sängkläder.

Om du är frisk

- Undvik att besöka sjuka familjemedlemmar eller vänner.
- Avstå om möjligt från besök vid sjukhus, särskilda boende eller motsvarande där magsjuka förekommer.

Behandling

- Sjukdomen i sig är inte farlig. För i övrigt friska, vuxna gäller att dricka vatten eller vätskeersättning, lite men ofta samt att vila.
- För äldre personer och små barn kan vätskebrist visa sig som trötthet och matthet. Då kan behandling med dropp bli nödvändig. Kontakta din vårdcentral om du känner att du behöver hjälp.

>>>

Förebyggande

- Tvätta alltid händerna noga före måltider och efter toalettbesök.
- Undvik att äta av bufféer där många händer kommer i kontakt med maten.

Åtgärder på sjukhus eller särskilt boende

Du isoleras/får stanna på eget rum med egen toalett så länge du har diarré och ett par dagar efter att de har upphört. Under denna tid serveras maten på ditt rum. Var extra noga med att tvätta dina händer med tvål och vatten före måltid och efter toalettbesök. Noggrann hygien, med dusch och byte till rena underkläder dagligen. Avstå om möjligt från besök. Om du får besök ska de vara noga med sin handhygien före och efter besöket. De får endast vistas på ditt rum och inte på avdelningen i övrigt.

Ring 1177 för sjukvårdsrådgivning eller besök
www.1177.se/Halland