EHEC-infektion

Smittskyddsläkarnas smittskyddsblad

Vad är EHEC?

EHEC betyder enterohemorragisk E. coli och är en tarmbakterie som kan orsaka diarré, ibland blodtillblandad, och magsmärtor. En del får inga symtom alls. Tiden från det man smittas till man blir sjuk brukar vara 2–4 dagar. Symtomen går vanligen över inom en vecka, men bakterien kan finnas kvar i tarmen ytterligare några veckor. Antibiotika har i normalfallet ingen effekt. Vid vissa typer av EHEC kan i sällsynta fall infektionen kompliceras med symtom från njurar, s.k. hemolytiskt uremiskt syndrom (HUS), som ibland kräver tillfällig dialysbehandling.

Hur blir man smittad och när är man smittsam?

Vanligen blir man smittad genom förorenad mat eller dryck, t.ex. köttprodukter (nötfärs), opastöriserade mejeriprodukter eller frukt och grönsaker, som förorenats vid bevattning eller gödsling. Man kan också smittas genom kontakt med nötkreatur, gödsel eller genom förorenat badvatten. Bakterierna dör vid upphettning, varför mat som är väl kokt eller stekt inte utgör någon risk. Tänk på att redan tillagad mat åter kan förorenas från t.ex. köksredskap och skärbrädor som inte är rengjorda. Bakterien överlever djupfrysning. Smitta från person till person kan ske genom t.ex. förorenade fingrar efter toalettbesök. Därför är det viktigt att vara noga med hand- och toaletthygien. Smittsamheten minskar när symtomen avtar. Arbetar du inom vård/omsorg eller med livsmedel är det särskilt viktigt att stanna hemma tills diarréerna har upphört och avföringen är normal.

Genom att följa nedanstående förhållningsregler och hygienråd kan den som är besvärsfri vanligen vara i arbete eller skola. Men förskolebarn och personer inom vissa riskyrken måste som regel lämna minst ett avföringsprov utan EHEC-bakterier för att få gå tillbaka till förskola eller arbete. Din läkare bedömer när du/ditt barn kan få göra det.

Vad ska du tänka på för att inte smitta andra? Förhållningsregler och hygienråd:

- Du ska inte arbeta när du har diarré.
- Tvätta händerna ordentligt efter toalettbesök, innan du hanterar livsmedel och före måltid.
- Använd flytande tvål och egen handduk eller engångshandduk.
- Håll toalettstol och tvättställ rengjorda.

Smittskydd Västra Götaland

Södra Älvsborgs Sjukhus
501 82 Borås
Tfn 010 – 441 24 31
Fax 033 – 10 04 92

Kaserntorget 11 B
411 18 Göteborg
Tfn 010 – 441 24 00
Fax 031 – 13 37 95

Skaraborgs Sjukhus
541 85 Skövde
Tfn 010 – 441 24 27
Fax 0500 – 43 24 99

Uddevalla Sjukhus
451 80 Uddevalla
Tfn 010 – 441 24 23
Fax 0522 – 13182

E-post
smittskydd@vgregion.se

Hemsida
www.vgregion.se/smittskydd

- Om blöjbarn är smittbärare, tvätta händerna noga efter blöjbyten. Håll skötbordet väl rengjort. Använda blöjor paketeras i plastpåse, som slängs med vanliga sopor.
- Du ska inte bada i pool/bassäng så länge du har diarré.
- Barn med diarré ska inte vara på förskola och får inte gå tillbaka dit förrän de lämnat minst ett avföringsprov utan EHEC-bakterier. Men vid vissa typer av EHEC räcker det med att barnet sedan en tid har blivit friskt och inte längre har några symtom för att få gå tillbaka till förskolan. Din läkare bedömer när ditt barn kan få göra det.
- Arbetar du med oförpackade livsmedel är du enligt europeisk livsmedelslagstiftning skyldig att omedelbart meddela din arbetsledare om din smitta.

  Personer inom följande riskyrken är skyldiga att lämna minst ett avföringsprov utan EHEC-bakterier och de ska omplaceras eller avstängas tills de bedöms vara smittfria av sin läkare:
- De som yrkesmässigt bereder eller hanterar oförpackade livsmedel
- De som yrkesmässigt vårdar spädbarn eller patienter med kraftigt nedsatt immunförsvar

  Men vid vissa typer av EHEC räcker det med att du sedan en tid har blivit frisk och inte längre har några symtom för att få gå tillbaka till arbetet. Din läkare bedömer när du kan få göra det.

  Infektion med EHEC är en så kallad allmänfarlig sjukdom enligt smittskyddslagen. Du är därför skyldig att följa de förhållningsregler din läkare ger dig och att medverka vid smittspårning som syftar till att hitta smittkällan eller andra personer som kan ha blivit smittade.

  Du kan begära att smittskyddsläkaren i ditt län omprövar förhållningsreglerna. Innan en sådan prövning är klar måste du följa de regler som du fått

Smittskydd Västra Götaland

Södra Älvsborgs Sjukhus
501 82 Borås
Tfn 010 – 441 24 31
Fax 033 – 10 04 92

Kaserntorget 11 B
411 18 Göteborg
Tfn 010 – 441 24 00
Fax 031 – 13 37 95

Skaraborgs Sjukhus
541 85 Skövde
Tfn 010 – 441 24 27
Fax 0500 – 43 24 99

Uddevalla Sjukhus
451 80 Uddevalla
Tfn 010 – 441 24 23
Fax 0522 – 13182

E-post
smittskydd@vgregion.se

Hemsida
www.vgregion.se/smittskydd