

Salmonellainfektion, patientinformation

Smittskyddsläkarnas smittskyddsblad

Vad är Salmonella?

Salmonella är en tarmbakterie som kan orsaka diarré, magsmärtor, feber och ibland kräkningar. I sällsynta fall kan bakterien orsaka blodförgiftning. Tiden från det man smittas till man blir sjuk brukar vara 1–3 dagar. Symtomen går vanligen över inom en till två veckor, men bakterien kan finnas kvar i tarmen ytterligare några veckor. I regel är sjukdomen självläkande. Endast i komplicerade fall som t.ex. blodförgiftning, ges antibiotikabehandling.

Hur blir man smittad och när är man smittsam?

Bakterien smittar genom livsmedel eller dryck som innehåller smittämnet. Djur, t.ex. fjäderfä och reptiler, kan bära på salmonella. 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 förekomma, oftast inom familjen, men är inte så vanligt.

Bakterien finns i tarmen och kommer ut med avföringen. Smittsamheten är störst vid diarré och minskar när symtomen avtar. Det är därför viktigt att du är extra noga med din hand- och toaletthygien. Arbetar du inom vård/omsorg eller med livsmedel är det särskilt viktigt att du stannar hemma till diarréerna har upphört och avföringen är normal. Detsamma gäller barn på förskola.

Genom att följa nedanstående förhållningsregler och hygienråd kan den som är besvärsfri oftast vara i arbete eller skola. För vissa yrken krävs dock omplacering eller avstängning till dess du bedömts som smittfri.

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.
- 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, men kan som regel återgå till barnomsorgen om de är helt besvärsfria.
- 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 avföringsprov 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

Salmonella 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.