

## Att tänka på när du är sjuk hemma

Hand- och personlig hygien är viktigt. Tvätta händerna med flytande tvål efter toalettbesök, före matlagning och före måltid. Använd egen handduk som du byter varje dag. Byt underkläder och duscha ofta, gärna dagligen.

Var noggrann med städning, framförallt i badrum/toalett så länge du har diarré. Använd vanligt rengöringsmedel. Moppar och trasor ska tvättas i 60°C, helst efter varje städning. Använd gärna trasor av engångstyp.

Textilier ska tvättas i tvättmaskin i så hög värme som möjligt, helst minst 60°C. Värme dödar bakterier. Textilier som inte tål att tvättas i 60°C kan efter tvätt med fördel torktumlas, torkas i torkskåp eller strykas med strykjärn.

Porslin ska diskas för hand eller i diskmaskin.

Normalt är risken att smittas liten för anhöriga och personer i din närhet om de är noga med sin handhygien och inte använder samma handduk som du.



## Vill du läsa mer?

[www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)

[www.regionvasterbotten.se/varldhygien](http://www.regionvasterbotten.se/varldhygien) – välj Hygienrutiner och läs hur man vårdar patienter med Clostridium difficile. Under Informationsmaterial finns denna broschyr att ladda ner.

## Vill du beställa ytterligare exemplar av broschyren?

Skicka e-post till [smittskydd@regionvasterbotten.se](mailto:smittskydd@regionvasterbotten.se) eller ring Smittskyddsenshetens sekreterare på telefon 090-785 13 68.

Utarbetat av Vårdhygien och Smittskyddsensheten  
Reviderad november 2019

# Clostridium difficile-infektion Patientinformation



## Vad är Clostridium difficile?

Clostridium difficile är en bakterie som kan finnas i tarmen hos oss alla, men framförallt hos små barn och äldre. Vanligtvis ger den inga symtom utan är en del av normalfloran i tarmen. Bakterien har förmåga att kapsla in sig i sporer som gör att den kan överleva lång tid utanför kroppen t.ex. i vårdmiljöer eller toaletterum, om inte städningen är tillräcklig.

### Vilka symtom ger Clostridium difficile-infektion?

Vanliga symtom är vattniga diarréer, buksmärter och måttlig feber. Svårighetsgraden av symtomen kan variera.

### Varför blir man sjuk och hur sprids smitta vid Clostridium difficile-infektion?

Antibiotikabehandling i kombination med nedsatt allmäntillstånd är den vanligaste orsaken till infektion. Antibiotika minskar mängden ”vanliga” tarmbakterier medan clostridium-bakterier man har i tarmen inte påverkas utan istället förökar sig. Clostridium difficile kan bilda gifter, ”toxiner”, som irriterar tarmslemhinnan och orsakar diarré. Smittan sprids vid diarré då bakterier från avföringen förorenar ytor som ibland vidrörs med händerna efter toalettbesök, t.ex. toalettsits, spolknopp, kranar och dörrhandtag. Sedan kan smittan föras vidare via händer då man tar på de förorenade ytorna. Därför är noggrann handhygien och noggrann städning efter nedsmutsning vid toalettbesök mycket viktigt för att minska risken för smittspridning. Bakterierna måste komma ner i tarmen via munnen för att smitta någon men det är lätt hänt om man får dem på händerna.



### Hur ställs diagnosen och behandlas infektionen?

Genom provtagning av avföring kan bakterien och dess toxin påvisas.

Vid diarréer förloras mycket vätska och då är det viktigt att ersätta förlusterna genom att dricka, gärna lite och ofta. Måttliga diarréer kan gå över utan särskild behandling om man slutar ta antibiotika. Om läkemedelsbehandling är nödvändig ordinerar du en särskild antibiotikasort som är verksamt mot Clostridium difficile. Det är viktigt att följa läkarordinationen. Skulle du få diarré igen efter avslutad behandling ska du kontakta din läkare.

När avföringen är normal är du inte längre smittsam och det behövs ingen kontrollprovtagning.

### När du vårdas på sjukhus med Clostridium difficile-infektion

Om du vårdas på sjukhus kommer du att placeras så att risken för smittspridning minimeras. Oftast innebär det vård på enkelrum med egen toalett. Under tiden du har diarré ska du inte lämna ditt rum.

Om du behöver undersökas eller behandlas utanför rummet ska du duscha och byta till rena kläder.

Mat serveras på rummet. Vi ber dig vara extra noga med din handhygien före måltid och efter toalettbesök.

Du får ta emot besök. Dina besökare ska vara noga med sin handhygien.