



# Sådan behandler du MRSA-bærertilstand

Du har i forbindelse med en podning fået konstateret methicillin-resistente stafylokokker, også kaldet MRSA. En rask person har lille risiko for at blive alvorligt syg af MRSA, men bakterien kan af og til medføre generende betændelser, fx bylder og sår.

Hos i forvejen svækkede personer kan MRSA forårsage alvorlige infektioner med lange og komplicerede behandlingsforløb. For at fjerne bakterien skal du behandles. Det er vigtigt, at du gennemfører behandlingen for at sikre, at bakterien fjernes.

Du skal behandles **dagligt** ved at:

- fjerne bakterien fra næsen
- fjerne bakterien fra hud og hår
- fjerne bakterien fra boligen.

På de næste sider kan du se, hvordan du skal gøre. Efter behandlingen skal du muligvis til en opfølgende kontrolpodning. I så fald aftales det med MRSA-teamet.

## Kontakt og mere viden

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os.



**Infektionshygiejnen**  
MRSA-teamet

Tlf. 97 66 50 00  
Vi træffes bedst: Mandag – torsdag 8.00 – 15.00  
Fredag 8.00 – 14.30

### Fakta om MRSA

MRSA er en bakterie (stafylokok), der er modstandsdygtig over for de hyppigst anvendte antibiotika. Bakterien kan være på huden eller i næsen, uden at man har tegn på betændelse (infektion). Dette kaldes bærertilstand.

Bakterien kan overføres ved direkte berøring mellem mennesker eller ved berøring af ting, fx et dørhåndtag.



### Sådan smitter MRSA

MRSA smitter først og fremmest ved tæt kontakt med andre mennesker, som er bærere af MRSA-bakterien – det vil sige i din egen familie. Smitte sker hyppigst via hænderne eller ved kysse-kramme-kontakt. Der vil således oftest være flere i en familie, der er smittede samtidig. Af samme grund anbefaler Sundhedsstyrelsen, at hele familien kommer i behandling samtidig.

Hænder er den vigtigste smittevej for MRSA, når vi rører ved hinanden og ved ting i omgivelserne. God og hyppig håndhygiejne er derfor den vigtigste måde at forhindre smittespredning.

God håndhygiejne er håndvask med sæbe samt at tørre hænderne med et engangshåndklæde eller EGET håndklæde. (Hvert familiemedlem bør altså bruge sit eget håndklæde.) Når hænderne er rene og tørre, kan man eventuelt bruge hånddesinfektionsmiddel, dvs. håndsprit tilsat glycerol. Herved fjerner man MRSA bedst muligt.

Stafylokokker er meget hårdføre og kan overleve flere måneder på hudskæl, som findes i støv i fx sengetøj og i omgivelserne.

Smitte fra omgivelserne kan således være en risiko, men risikoen for at blive smittet ved aktiviteter, fx at gå i skole, på arbejde, i sportscenter, til fitness, i svømmehallen eller ud at handle, er minimal. Risikoen ved at være på besøg eller besøge andre mennesker er ligeledes minimal.

## Sådan fjerner du bakterien fra næsen

Næsesalven Bactroban® anvendes til at fjerne MRSA-bakterier fra næse og svælg. Begge næsebor skal smøres med salven 2 gange dagligt, morgen og aften.

## Sådan gør du

- Start med at vaske dine hænder med vand og sæbe, før du bruger næsesalven.
- Påfør næsesalven på en vatpind. Der skal bruges en mængde, som svarer til et stort tændstikhoved.
- Næsesalven smøres først cirka 1 cm op i det ene næsebor. Fordel salven i næseboret.
- Vend vatpinden og påfør en ny mængde i den anden næsefløj. Kassér herefter vatpinden.
- Klem nu næseborene let sammen med fingrene, så salven fordeles i næsen.
- Vask herefter hænderne.



## Vær opmærksom på

Bactroban® må kun anvendes i næsen og ikke sammen med andre produkter til næsen. Bactroban® bør ikke anvendes, hvis du har allergi over for indholdsstofferne. Se indlægssedlen for yderligere bivirkninger.

Hvis flere i din husstand skal behandles, anbefales det, at hver person bruger sin egen tube næsesalve, samt at alle i husstanden behandles samtidig.

## Sådan fjerner du bakterien fra hud og hår

Du skal vaske dig over hele kroppen samt håret med klorhexidin-sæbe 4% 1 gang dagligt med henblik på at fjerne MRSA-stafylokok-bakterier fra din hudoverflade. Du skal tage brusebad – ikke karbad – hver dag i behandlingsperioden. Undgå at bruge anden sæbe eller shampoo i behandlingsperioden.

## Sådan gør du

- Skyl først kroppen og håret grundigt med vand.
- Luk for vandet.
- Vask håret med sæben. Undgå at få sæbe i øjne og ører. Hvis du får sæben i øjet, så skyl med vand i flere minutter.
- Hæld sæbe i din hånd eller på en fugtig engangsvaskeklud. Hvis du bruger en engangsvaskeklud, skal den smides væk efter brug.
- Start nu med at vaske ansigtet. Undgå øjenområdet og arbejd dig nedad. Vær ekstra grundig omkring næse og mund. Vask armhuler og herefter resten af kroppen. Vær særligt omhyggelig i og omkring hudfolder, navle, kønsorganer, lyske, endetarmsåbning.
- Undgå at anvende sæben direkte på slimhinder samt i kropsåbninger, fx mundhulen.
- Skyl herefter sæben af med rigeligt vand.
- Anvend gerne balsam/hårkur efterfølgende.
- Tør krop og hår med et rent håndklæde. Begynd oppefra, og arbejd dig nedad.
- Tag renvasket tøj på.
- Kogevask håndklædet.

Du kan herefter anvende deodorant, aftershave og creme.

## Vær opmærksom på

### **Smør huden med godkendt creme**

Da klorhexidinsæbe 4% kan udtørre huden, anbefales det, at du anvender en fed fugtighedscreme efter badet. Nogle fugtighedscremer nedsætter den desinficerende



sæbes virkning. Du kan finde en oversigt over anbefalede cremer på Statens Serum Instituts hjemmeside, [www.SSI.dk](http://www.SSI.dk), ved at søge på 'hudplejeprojekter'.

### **Undgå at bære smykker i behandlingsperioden**

Smykker kan gøre det svært at desinficere alle områder af kroppen. Undgå derfor at bære smykker, fx fingerringe, øreringe og piercingsmykker i den periode, hvor du behandles.

### **Skift din tandbørste**

På 2.-dagen i behandlingsperioden skal du skifte din tandbørste eller skifte til en ny.

## sådan fjerner du bakterien fra boligen

- Sørg for at alle i husstanden bruger deres eget håndklæde og vaskeklud, så I ikke smitter hinanden. Skift undertøj og håndklæder dagligt.
- Sørg for at alle i husstanden skifter til rent sengelinned på behandlingens dag 2, samt når behandlingen er slut.
- Kogevask (90 grader) sengelinned, håndklæder, undertøj, viskestykker og karklude efter brug.
- Vask dyner og puder ved behandlingens afslutning, hvis det er muligt.
- Gør alle vandrette flader rene med vand og sæbe.
- Støvsug hjemmet på behandlingens dag 2, samt når behandlingen er slut. Støvsug også madrasser og stofbetrukne møbler grundigt.
- Gør rent hver dag på steder, der berøres hyppigt, fx håndtag, vandhaner, toiletsæde, toilet-skylleknop og mobiltelefoner/elektronisk udstyr.

## Mulige bivirkninger Klorhexidin-sæbe 4%

Klorhexidinsæbe 4% er desinficerende og bakteriehæmmende, flydende sæbe til fjernelse af bakterier på hudoverflader. Den er ikke tilsat parfume eller konserveringsmidler.

### **Bivirkninger:**

- Hudirritation: Klorhexidin-indholdet i den desinficerende sæbe kan i sjældne tilfælde give anledning til allergisk reaktion. Hvis behandlingen medfører stor irritation af huden, fx i form af udslæt eller kraftig hudkløe, så stop behandlingen og kontakt MRSA-teamet.

Kan anvendes ved graviditet og amning.

## Bactroban næsesalve 2%

Bactroban 2% er en næsesalve, der indeholder et smalspektret antibiotika (Mupirocin) til at fjerne stafylokokker i næse/svælg



**Bivirkninger:**

- Der kan forekomme lokal, sviende smerte/kløe ved næseslimhinden/huden.
- Allergi er meget sjældent. Salve bør dog undgås ved kendt allergi over for indholdsstofferne (se indlægssedlen).

Kan anvendes ved graviditet og amning.

## Kontakt ved bivirkninger

**Kontakt os ved bivirkninger eller gener**

I tilfælde af bivirkninger kontaktes din tilknyttede hygiejnesygeplejerske i Infektionshygiejnen.

Ved akut behov for hjælp angående bivirkninger uden for Infektionshygiejnens åbningstid, skal du kontakte Lægevagten.



**Infektionshygiejnen**  
MRSA-teamet

Tlf. 97 66 50 00

Vi træffes bedst: Mandag – torsdag 8.00 – 15.00

Fredag 8.00 – 14.30

## Planche: Sådan bruger du næsesalve



1.

Brug en mængde næsesalve, som svarer til et stort tændstik-hoved i hvert næsebor.



2.

Smør næsesalven cirka 1 cm op i næseboret



3.

Vend vatpinden og brug en tilsvarende mængde i det andet næsebor.



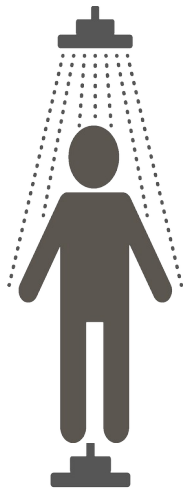
3.

Klem næseborene let sammen med fingrene, så salven fordeles i næsen.

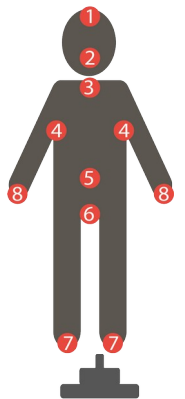


REGION NORDJYLLAND  
– i gode hænder

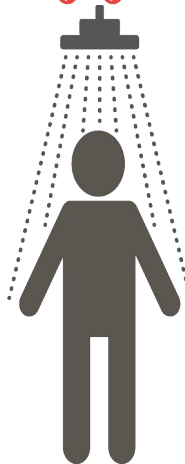
## Planche: Sådan udfører du kropsvask



1.  
Start med at skylle dig grundigt.



2.  
Luk derfor for vandet, mens du vasker dig med sæben. Start foroven med hår og hovedbund, og arbejd dig grundigt nedefter. Vær særligt omhyggelig omkring hudfolder og kropsåbninger



3.  
Tænd dernæst for vandet og afslut ved at skylle dig grundigt.