

# MRSA

## Vejledning til borgere



*Din indsats gør en forskel –  
sammen skaber vi  
god hygiejne*



# MRSA

MRSA er en bakterie (stafylokok), der er modstandsdygtig over for behandling med almindelige antibiotika. Bakterien kan være på huden eller i næsen, uden tegn på betændelse (bærertilstand). Bakterien kan give betændelser, fx bylder og børnesår. Personer, der i forvejen er syge eller svækkede, har øget risiko for at blive alvorligt syge, hvis de smittes med MRSA.

MRSA overføres via hænderne og ved tæt kontakt til andre mennesker, der bærer MRSA. Husdyr-MRSA (MRSA 398) overføres ved daglig og tæt kontakt med levende dyr, der bærer MRSA.

Hvis du eller en anden i din husstand har fået påvist MRSA, anbefaler Sundhedsstyrelsen, at hele husstanden samtidig gennemgår en 5-dages kur for at fjerne bakterien. Der gælder særlige regler for husdyr-MRSA samt for nyfødte og børn op til 2 år. - Følg lægens anbefalinger. Se [www.sst.dk](http://www.sst.dk)

Borgere kan frit deltage i sociale aktiviteter, genoptræning mv. Raske børn kan komme i skoler og dagtilbud, selvom MRSA er påvist. Børn i skolealderen må deltage i skole- og fritidsaktiviteter, hvis de har et enkelt inficeret sår, såfremt dette er i behandling og dækket af en tør og tætsluttende forbindelse. Dette gælder også for personale.

## Håndvask

1. Fugt dine hænder og håndled med vand og kom flydende sæbe på.
2. Fordel sæben på håndflade, på og mellem fingre, på håndryg og omkring håndled og vask i mindst 15 sekunder.
3. Skyl sæben af under rindende vand og tør hænderne i håndklædet, gerne papirhåndklæde eller køkkenrulle, til hænderne er helt tørre.

## Afspritning af hænder

1. Brug mindst 2 ml håndsprit (70-85 % alkohol). Den mængde, der kan ligge i en krum håndflade.
2. Håndsprit fordeles og indgnides på hænder og håndled i 30 sekunder, indtil hænderne er helt tørre.
3. Håndsprit kan købes på apoteket og i supermarkeder.



# For medlemmer af husstanden – til man har fjernet bakterien

## Håndhygiejne

- Håndvask og/eller afspritning af hænder inden hjemmet forlades.
- Vær omhyggelig med god håndhygiejne og medbring håndsprit ved ture ud af huset.
- Ved berøring af sekret fra sår vaskes hænderne før afspritning. Hold inficerede sår dækket med forbinding.

## Bad

- Tag dagligt brusebad (ikke karbad), og alle i husstanden skal anvende egne håndklæder og vaskeklude.

## Tøj og linned

- Skift undertøj, håndklæder og vaskeklude dagligt.
- Mens behandlingen står på (5-dages kur) skiftes til rent sengelinned to gange ugentligt, dag 2 og dag 5 (ved kurens afslutning).

## Rengøring i hjemmet

- Kontaktpunkter, fx håndtag, vandhaner, toiletsæde, skylleknop, telefoner, fjernbetjening m.v., rengøres dagligt med vand og sæbe.
- Vandrette overflader, gulve og bad/toilet rengøres regelmæssigt med vand og sæbe.
- Daglig udluftning i hjemmet ligesom dyner og puder luftes.
- Støvsug på 2. dagen og når behandlingen er slut. Madrasser og stofbetrukne møbler skal også støvsuges grundigt.

## Tøjvask

- Undertøj, sengelinned, håndklæder, vaskeklude, karklude, mv. kogevaskes.
- Efter endt behandling vaskes dyne og pude.

Du kan finde supplerende oplysninger om MRSA på Sundhedsstyrelsens hjemmeside [www.sst.dk](http://www.sst.dk)

**God håndhygiejne er den vigtigste måde at forebygge smittespredning på!**

*Din indsats gør en forskel –  
sammen skaber vi  
god hygiejne*



Denne vejledning er udarbejdet november 2016  
af hygiejnekonsulent Joan Anita Clausen

Sønderborg Kommune  
Erhverv, Beskæftigelse og Sundhed  
Holger Drachmanns Plads 5 (Borgen)  
6400 Sønderborg

Hygiejnekonsulent Joan Anita Clausen  
joacl@sonderborg.dk  
Tlf. 27 79 51 95  
[www.sonderborgkommune.dk](http://www.sonderborgkommune.dk)



[www.sonderborgkommune.dk/gode-raad-om-hygiejne](http://www.sonderborgkommune.dk/gode-raad-om-hygiejne)