

Cryptosporidiuminfektion - Patientinformation

Vad är Cryptosporidium?

Cryptosporidium är en parasit som kan orsaka vattentunna diarréer, illamående och smärtor i magen. Man kan även vara smittad utan att märka det alls. Symtomen går vanligen över inom någon till några veckor, men parasiten kan finnas kvar i tarmen ytterligare en tid. I regel är sjukdomen självläkande.

Hur blir man smittad och när är man smittsam?

Cryptosporidium smittar genom att man sväljer mat eller dryck som innehåller smittämnet, eller genom nära kontakt med smittad person eller infekterade djur, till exempel kalvar. Parasiten tål normal klorbehandling och kan därför också smitta via förorenat dricksvatten, bad- eller bassängvatten. Kokt dricksvatten eller mat som är väl kokt eller stekt smittar inte.

Smittämnet finns i tarmen och kommer ut med avföringen. Smittsamheten är störst vid diarré och minskar när symtomen avtar. Det är viktigt att du är extra noga med din hand- och toaletthygien. Om du i ditt yrke hanterar oförpackade livsmedel är det särskilt viktigt att du stannar hemma tills diarréerna har upphört och avföringen är normal.

Genom att följa nedanstående hygienråd kan den som är besvärsfri oftast vara i arbete, skola eller barnomsorg.

Vad ska du tänka på för att inte smitta andra?

- Arbeta inte 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 bör inte bada i pool/bassäng förrän tidigast en vecka efter det att symtomen försvunnit.
- Barn med diarré ska inte vara på förskola, men de kan som regel återgå till barnomsorgen när de är helt besvärsfria.

- Arbetar du med oförpackade livsmedel är du enligt europeisk livsmedelslagstiftning skyldig att omedelbart meddela din arbetsledare om din smitta.

Infektion med *Cryptosporidium* är en så kallad smittspårningspliktig sjukdom enligt smittskyddslagen. Du är därför skyldig att medverka vid smittspårning som syftar till att hitta smittkällan eller andra personer som kan ha blivit smittade.