

Shigella - Patientinformation

Vad är shigella?

Shigella är en tarmbakterie som kan orsaka kraftig diarré, som ibland är blod- eller slemtillblandad, samt magsmärtor och feber. Det varierar hur mycket symtom man får och man kan också bära på smittan utan att ha några symtom alls. Tiden från det man blir smittad tills man blir sjuk är oftast 2–3 dagar. För att lindra symtomen och minska risken för smittspridning behandlas shigella oftast med antibiotika.

Hur blir man smittad och när är man smittsam?

Bakterien finns i avföringen och kan smitta från person till person. Det är därför viktigt att vara noga med hand- och toaletthygien. Smittsamheten är störst vid diarré men man kan fortfarande vara smittsam när diarrén upphört. Förorenad mat och dryck är en vanlig smittväg. Bakterien dör vid upphettning, varför mat som är väl kokt eller stekt som regel inte utgör någon risk. Tänk på att redan tillagad mat åter kan förorenas. Bakterien överlever djupfrysning. Den drabbar endast människor och inte djur. De flesta som får shigella har blivit smittade vid resa utomlands. Smittspridning i Sverige förekommer också och smittkällan är då oftast antingen en person som blivit smittad utomlands, eller grönsaker/frukt som odlats utomlands.

Genom att följa nedanstående förhållningsregler och hygienråd kan den som är symptomfri oftast vara i arbete eller gå i skolan. 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 så länge 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.
- Barn med diarré ska inte vara på förskolan och får inte återgå förrän de lämnat avföringsprov utan växt av shigella.
- Du ska inte bada i pool/bassäng så länge du har diarré.

- 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

Shigellainfektion 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.