

Patientanvisning: Salmonella – information till drabbade

Salmonella är en bakteriell tarminflammation. Salmonella sprids i allmänhet via livsmedel som kontaminerats med avföring från en människa eller ett djur som bär på bakterien (såsom rått eller dåligt tillagat kött, opastöriserad mjölk, groddar eller andra färska produkter). Den kan smitta från en människa till en annan om handhygienen är bristfällig. Även sällskapsdjur, särskilt kräldjur, kan vara smittkällor.

Vilka är symtomen på salmonellainfektion i tarmen?

Vanligtvis börjar symtomen 6 timmar–3 dygn efter smittan. De vanligaste symtomen är diarré, buksmärta och feber. Diarrén pågår i 4–10 dygn. Smittan kan också vara symptomfri, men den kan ändå smitta. Ett symptomfritt bärarskap slutar vanligtvis inom 5 veckor, men hos 10 procent kan det ta upp till flera månader.

Hur konstateras salmonellainfektion och hur behandlas den?

Salmonella konstateras genom en laboratorieundersökning av avföringsprov. Sjukdomen läker vanligtvis av sig själv. Den som har kraftig diarré ska se till att vätsketillförseln är tillräcklig. En läkare kan ordinera en antibiotikakur på basis av en svår eller långvarig sjukdomsbild, den drabbades hälsotillstånd eller ålder (barn under ett år eller äldre personer).

Hur kan en person som drabbats av en salmonellainfektion förebygga att smitta andra?

- Tvätta händerna noggrant med vatten och flytande tvål innan du hanterar födoämnen och efter toalettbesök (se närmare anvisningar för handtvätt).
- Om ett blöjbarn har drabbats, tvätta händerna noggrant efter blöjbyte.
- Tillred inte mat åt andra. Ordna inte matinbjudningar. Mer information i Livsmedelsverkets publikation: [Tips och råd om säker matlagning \(på finska\)](#).
- Salmonellabakterierna förstörs vid 75 °C. Varm mat är i allmänhet säker. Infrysning av livsmedel förstör inte salmonellabakterien.
- Tvätta bestick normalt till exempel i diskmaskin.
- Tvätta smutstvätt med avföringsfläckar i tvättmaskin på minst 60 °C.
- Tvätta toalettytorna med klorhaltigt tvättmedel. För att upprätthålla hygien är det bra att tvätta toalettstolen, handfatet, kranarna, dragknopparna, dörrhandtagen och strömbrytare efter toalettbesök eller minst en gång om dagen.
- Barn som drabbats kan återvända till dagvården efter två symptomfria dygn. Skolelever kan gå i skola som vanligt beroende på hur de mår.
- Bärarskap av salmonella hos gravida kan påverka valet av förlossningssätt.
- En person som utför vissa arbeten inom livsmedelsbranschen kan återgå till riskarbetet först när ett tillräckligt antal avföringsprov konstateras vara negativa. Valfördområdens enhet för smittsamma sjukdomar ger närmare anvisningar till dem som utför riskarbete.

Allmänna anvisningar för att undvika salmonellainfektion

- Tillred allt kött omsorgsfullt.
- Skölj råa grönsaker innan du äter dem.
- Förvara rått kött åtskilt från grönsaker, tillagad mat och färdigmat.
- Undvik opastöriserad mjölk och produkter tillverkade av sådan mjölk.
- Tvätta händer, knivar och skärbrädor efter att du hanterat ovan nämnda produkter med dem.

Mer information: På [THL:s](#) webbplats.

Anvisning för handtvätt

- Lägg på vattenkranen med armbågen eller en pappershandduk.
- Vät händerna under det rinnande vattnet.
- Ta flytande tvål och massera handflatorna mot varandra.
- Massera handryggarna, tummarna och mellan fingrarna samt fingrarna mot varandra.
- Handtvätten ska pågå i minst 30 sekunder.
- Skölj händerna noggrant under rinnande vatten.
- Torka händerna noggrant i en egen tyghandduk eller en pappershandduk.
- Den egna tyghandduken ska förvaras så att den inte kommer i kontakt med den övriga familjens handdukar.