

Åtgärdsprogram för förebyggande av norovirusepidemi

Allmänt

Norovirus är en av de vanligaste orsakerna till magsjukeepidemier. Norovirus smittar lätt direkt från en smittad person till en annan, via vatten, livsmedel eller kontaktytor som kontaminerats med viruset eller via andningsluft i samband med kräkningar. En person som har blivit smittad kan utsöndra virus i avföringen redan några timmar innan symtomen börjar. Även en smittad symtomfri person kan sprida viruset vidare.

Norovirusen tål väl olika miljöförhållanden. Viruset förstörs när det värms upp i 90 °C under 2 minuter. Utan effektiv rengöring kan noroviruset leva kvar på ytor som smittbart i två veckors tid.

Verksamhetsstället ska utan dröjsmål vidta åtgärder för att förebygga magsjukeepidemin, även om orsaken till epidemien är okänd. Om man misstänker att ett livsmedel orsakar symtomen tas det ur bruk, men förvaras i frysen för eventuell provtagning. Effektiverad rengöring med lämpligt desinfektionsmedel inleds ytterligare vid misstanke om magsjuka. Effektiviserad rengöring ska genomföras tills det inte längre förekommer fler sjuka.

Verksamhetsstället ska utan dröjsmål anmäla det misstänkta matförgiftningsfallet till Helsingfors stads enhet för livsmedelssäkerhet (<https://ilppa.fi/etusivu>), som utreder en eventuell matförgiftningsepidemi i samarbete med Helsingfors epidemiologiska verksamhet. Miljötjänsterna ger anvisningar och råd bland annat i frågor som gäller städning och hygien till exempel åt restauranger, inkvarteringslokaler, skolor, daghem och andra enheter inom den sociala sektorn.

Norovirusinfektionens inkubationstid och symtom

Sjukdomens inkubationstid är 12–48 timmar. Symtomen börjar plötsligt. Symtomen är krampaktiga magsmärtor och illamående med kräkningar som följd. Majoriteten av de insjuknade har även diarré, som ofta är kortvarig och mild. En del har även feber. Symtomen pågår vanligen i 12–72 timmar.

En norovirusepidemi kännetecknas av att upp till drygt hälften av de som har utsatts för smittan insjuknar i den kortvariga magsjukan, som börjar efter en kort inkubationstid. Sekundärsmittor som snabbt överförs från en person till en annan är typiska. En del av de som har smittats får inga symtom alls. En norovirusinfektion ger inget beständigt skydd mot ny smitta. Det kortvariga skyddet mot samma genotyp hindrar personer från att insjukna på nytt under de följande 4–6 månaderna.

Mat

Mat som har hanterats av en köksanställd som insjuknat under arbetsdagen ska slängas. Om den anställda har kräkt i köket förstörs den mat som har varit på droppstänksavstånd från personen. Dessutom förstörs mat som har förvarats i öppna kärl och som inte ska upphettas.

Djupfrysta bär av utländskt ursprung ska alltid hettas upp helt och hållet i 90 grader i minst fem minuter eller kokas i två minuter.

Vid epidemier kan bufféserving ersättas med portionsserving, vilket minskar smittspridningen via serveringskärl och -bestick. Vid en långvarig epidemi är det skäl att överväga att ersätta kalla maträtter som finfördelas för hand med helt kokta maträtter.

Hushållsvatten

Vid misstanke om en epidemi som orsakats av vattenledningsvatten ska aktören utan dröjsmål göra en anmälan till Helsingfors stads miljötjänster (<https://ilppa.fi/etusivu>) och Helsingforsregionens miljötjänster (HRM). Miljötjänsterna ger då anvisningar om användningen av kokt eller buteljerat vatten. Myndigheterna tar prover av vattennätets vatten.

Användning av isbitar upphör.

Insjuknade

De arbetstagare som uppvisar symtom bör hålla sig borta från närarbete. Man kan återgå till livsmedelsarbete, patientarbete inom hälso- och sjukvården och klientarbete vid socialvårdens inrättningar när det har gått två dygn sedan diarréfasen och kräkningarna upphörde. Det rekommenderas även att man är borta från daghemmet fram till dess.

Personer som arbetar med vård av symtomatiska barn eller patienter får inte delta i matutdelningen på daghem och vårdinrättningar.



En person som har insjuknat utsöndrar norovirus i avföringen i högst 72 timmar efter att symtomen har börjat.

Handhygien

Personer som deltar i matlagning och -utdelning samt i städning och vårdarbete ska följa god handhygien.

Noggrann handtvätt med rikligt med vatten och tvål i 15–30 sekunder minskar effektivt spridningen av norovirusmitta. Händerna bör tvättas med tvål innan engångsskyddshandskar tas på och genast när de tas av. Engångshandskar bör kläs på torra händer. Enbart desinficering av händer med alkoholbaserad handsprit förstör inte norovirus i tillräcklig utsträckning och kan därför inte ersätta handtvätt med tvål. Handsprit används som tillägg till tvåltvätt till exempel i inkvarteringslokaler, daghem och enheter inom det sociala området, där mycket handkontakt förekommer. Vid användning av alkoholbaserad handsprit ska säkerheten beaktas bland annat genom att hålla handspriten utom räckhåll för barn. Handsprit kan vid oralt bruk orsaka förgiftning. Alkoholbaserad handsprit är lätt antändbar.

Matgästerna ska tvätta händerna i synnerhet före måltider och efter toalettbesök. Torka händerna med handpapper för engångsbruk eller handdukar (t.ex. handduksrulle). Handpappren och handdukarna bör skyddas mot smuts och stänk.

Rengöring av lokaler och ytor

Till exempel ytmaterial, typ och mängd av smuts, norovirusets mängd och temperatur påverkar förstörelsen av noroviruset.

Sekretfläckar

Rengöring av sekret ska alltid inledas med avlägsnande av synlig smuts. Sekretet täcks/absorberas med papper och slängs i en sopsäck. Det förorenade området rengörs från sekret med vatten och vanligt tvättmedel, varefter den rena ytan desinficeras med det desinfektionsmedel som lämpar sig bäst för varje ytmaterial, till exempel desinfektionsmedel som innehåller 1 000–5 000 ppm aktivt klor, och som tillåts verka tillräckligt länge enligt användningsanvisningarna för ämnet. Olika desinfektionsmedel presenteras i bilagan.

För städning av kräkningar och diarré används engångsdukar. Arbetstagaren använder skyddsutrustning för engångsbruk: förkläde eller skyddsdräkter, handskar, skoskydd och kirurgiskt munskydd. Skyddsutrustningen och engångsdukarna slängs i en soppåse genast efter städningen och händerna tvättas med tvål och vatten. Skyddsutrustning används även

vid hantering av smutstvätt. Textilier med sekretfläckar förvaras och rengörs åtskilda från annan smutstvätt.

För att viruset inte ska spridas till kökslokalerna bör serveringskärl och -brickor med sekretfläckar rengöras och desinficeras innan de förs till diskplatsen.

Den lokal där kräkningen har skett töms i mån av möjlighet på människor tills den har städats. Utrymmet vädras dessutom bra i mån av möjlighet.

En skriftlig anvisning till arbetstagarna om städning av sekretfläckar samt tillgång till ändamålsenliga städredskap och skyddsutrustning bör finnas vid verksamhetsstället.

Restauranger och andra serveringsplatser

Ytorna och processutrustningen i livsmedelslokaler, där det inte finns någon synlig smuts, rengörs först mekaniskt med tvättmedel och vatten. Föremål och kontaktytor som eventuellt kan sprida smitta desinficeras. Kontaktytor är till exempel bord, bestick, dörrhandtag, lådhandtag, knivar, skärbräden, brytare, kranar och nedre delen av pappershållare. För varje ytmaterial används det desinfektionsmedel som lämpar sig bäst för det (till exempel desinfektionsmedel som innehåller hypoklorit, peretiksyra eller peroximonosulfat) i enlighet med användningsanvisningarna för medlet. Olika desinfektionsmedel presenteras i bilagan. Efter verkningstiden rekommenderas att de desinficerade ytorna sköljs med vatten.

Ytorna tvättas från det rena området mot det smutsiga och uppifrån ner. Städdukar för engångsbruk byts ofta ut, för att viruset inte ska spridas via dem.

Vid städning av toaletter används andra dukar än vid städning av köksutrymmen och övriga utrymmen.

Övriga verksamhetsställen (t.ex. daghem, enheter inom den sociala sektorn och inkvarteringslokaler)

I rum, där en person har kräkt:

- möbler som har smutsats ner av sekretet tvättas med ett rengöringsmedel för ändamålet
- mjuka möbler, mattor och madrasser, som inte är tydligt nedsmutsade, vädras
- hela rummet vädras ordentligt
- dammsugare rekommenderas inte för rengöring av kontaminerade mattor, eftersom det effektivt kan sprida viruset – vid rengöringen används engångsdukar

- vid städning av toalett- och tvättutrymmen används andra rengöringsdukar än vid städning av övriga utrymmen
- tvättställ i toaletter som har använts av insjuknade personer, alla bordsytor och greppytor, såsom kranar, dörrhandtag, räcken, telefoner och fjärrkontroller, torkas med desinfektionsmedel efter den allmänna rengöringen
- sängkläder hanteras enligt normal praxis.

På daghemmen rengörs leksaker som sätts i munnen efter varje användning och övriga dagligen. I den mån det är möjligt tas leksaker och andra nödvändiga redskap som behövs för verksamheten och inte kan tvättas ur bruk.

Hjälpmiddel som används gemensamt av enheter inom den sociala sektorn rengörs minst en gång per dag.

I inkvarteringslokalerna ska man vid långvariga epidemier försöka hålla kontaminerade och rengjorda rum tomma på kunder under så lång tid som möjligt. I dessa rum utförs ännu en separat desinficerande slutstädning efter den vanliga städningen, en våning eller en flygel i taget. Det är bäst att göra den systematiska slutstädningen när tre dygn (48 h) har gått sedan den sista personen med symtom har lämnat utrymmet.

I slutna utrymmen, såsom båthytter och inkvarteringsrum, kan även torr väteperoxidånga användas för desinficering.

Mer information

Helsingfors stad, miljötjänster

Rådgivning relaterade till livsmedelslokaler (t.ex. restauranger och serveringsplatser):

kymp.elintarviketurvallisuus@hel.fi

Rådgivning relaterade till andra verksamhetsställen (t.ex. daghem, verksamhetsenheter inom socialvården, inkvarteringslokaler): kymp.terveydensuojelu@hel.fi

Helsingfors stad, social-, hälsovårds- och räddningssektorn

Epidemiologisk verksamhet (epidemiutredningar, inga kontakter relaterade till patientvård):

epidemiologinen.toiminta@hel.fi

Helsingfors stad

Miljötjänster

PB 58235, 00099 HELSINGFORS STAD

Verkstadsgatan 8, 00580 Helsingfors

Tel. 09 310 1635 (växel)

Epidemiologisk verksamhet

Tel. 09 310 5015 (växel)



www.hel.fi/

Referenser

THL: [Toimenpideohje norovirustartuntojen ehkäisemiseksi](#). Uppdaterad 7.12.2023

Livsmedelsverket: [Usein kysyttyä noroviruksesta](#). Uppdaterad 6.4.2023

Bilaga

Desinfektionsmedel som är verksamma mot norovirus finns bland annat hos följande tillverkare med följande handelsnamn (uppdaterad 2023). Aktören bör av tillverkaren säkerställa ämnets effekt, rätt koncentration i användningsutspädningen samt lämplighet för användningsändamålet och för de ytor som ska desinficeras. Bruksanvisningen och -säkerheten ska kontrolleras med tillverkaren.

- Berner: HETI Desipesu Pro, Heti Jälkidesi Spray
- Diversey: Oxivir Excel Wipe, Oxivir Excel Foam, Oxivir Plus, Oxivir Plus Spray, Suma Tab D4, Suma Alcohol Spray och Suma Alcohol Wipe
- Ecolab: Sator, Shirafan Speed, Mikro-Quat ekstra, Kitchen Pro des special, Drysan Oxywipes, Drysan Oxy
- Kiilto: Kiilto Pluschlor och Desichlor