

# BEHANDLING AV MRSA-BÆRERSKAP

## Veiledning for hjemmeboende personer

Utarbeidet av smittevernpersonell ved sykehusene i Helse Nord, Februar 2019

### Hva er MRSA?

MRSA er en bakterie, en gul stafylokokk, som er blitt motstandsdyktig mot flere viktige antibiotika. Gule stafylokokker kan finnes på huden, i nesen og i halsen uten å gi symptomer (bærerskap). MRSA gir samme type infeksjoner som vanlige gule stafylokokker, for eksempel sår eller byller i huden. MRSA gir ikke hyppigere infeksjoner enn vanlige gule stafylokokker, men MRSA-infeksjoner kan være vanskeligere å behandle og krever spesielle antibiotika. Målet i Norge er at MRSA ikke skal etablere seg som en del av den faste bakteriefloraen i sykehus og sykehjem.

### Behandling av MRSA-bærerskap (sanering)

Sanering av MRSA er spesielt anbefalt dersom du eller noen i husstanden jobber i helsetjenesten eller ofte er i kontakt med helsetjenesten. Sanering er en omfattende oppgave som krever god planlegging. Det innebærer daglig helkroppsvask, bruk av nesesalve og eventuelt halsskylling, samt rengjøring av hjemmet og hyppige skift av klær, sengetøy og håndklær. I noen tilfeller suppleres sanering med antibiotikabehandling. Saneringen foregår i 5 til 10 dager. Du følges opp med flere kontrollprøver det første året etter sanering. Det er ikke alltid sanering lykkes, og i noen tilfeller gjøres flere forsøk.

Opplys legen om du eller noen du bor sammen med arbeider i helsetjenesten, eller om det er små barn i husstanden. Opplys også om du har kjæledyr. Viktige forutsetninger for å lykkes med sanering er at infeksjoner er behandlet, eventuelle katetre er fjernet, huden er hel, og sår er grodd. Når det bor flere i husstanden, må alle testes for MRSA før oppstart av saneringen. Alle i husstanden saneres samtidig.

Risiko for å smitte andre reduseres betydelig når MRSA-saneringen er påbegynt, og man kan omgås andre som normalt i saneringsperioden. Det er likevel viktig med god håndhygiene, også for besøkende. Noen ganger bistår helsepersonell ved sanering. Vær forberedt på at helsepersonell da bruker smittevernutstyr, slik som gul frakk, munnbind og hansker.

### Håndhygiene

God og hyppig håndhygiene er svært viktig for å lykkes med MRSA-sanering.

- Unngå lange negler, løse negler, neglelakk, ringer, armbåndsur/ pulsklokker og armbånd.
- Unngå å bruke smykker, piercinger, øredobber osv. i saneringsperioden.

1. **Hånddesinfeksjon:** Bruk av håndsprit gjør det enklere å utføre hyppig håndhygiene. Bruk rikelig med håndsprit og fordel grundig. Pass på at fingertupper, tomler, håndbak og håndledd fuktes. Gni i minst 20 sekunder. Hendene skal lufttørke. Håndsprit er ikke egnet etter toalettbesøk.
2. **Håndvask:** Ved synlig skitne hender og etter toalettbesøk vaskes hendene med såpe og vann. Bruk god tid, minst 30 sekunder. Benytt flytende såpe, ikke såpestykke. Skyll godt av. Tørk hendene med papir. Steng kranen med papiret, unngå å berøre kranen med rene hender.

## Innkjøpsliste før sanering

<b>Hibiscrub såpe, Corsodyl munnskyllevæske og Bactroban nesesalve</b> ev Klorheksidin Sage kluter*	Apotek Dette får du på resept
<b>Fuktighetskrem</b> som ikke hemmer effekten av Hibiscrub/ klorheksidin. Kan brukes: Miniderm, SH-hudpleiekrem, Decubal, Apobase, Vitapan, Locobase lotion	Apotek
<b>Hånddesinfeksjonssprit</b> kun til hender	Apotek
<b>Overflatedesinfeksjonssprit</b> kun til overflater som tåler sprit	Apotek
<b>Tannbørste</b> 2 nye tannbørster pr husstandsmedlem	Apotek/ dagligvarebutikk
<b>Zendium tannkrem</b> dersom halsskylling med Corsodyl er forordnet	Apotek/ dagligvarebutikk
<b>Q-tips</b>	Apotek/ dagligvarebutikk
<b>Engangsglass</b> dersom halsskylling er ordinert	Apotek/ dagligvarebutikk
<b>Tørkepapir til hender</b>	Dagligvarebutikk
<b>Nye poser og nytt filter til støvsuger</b>	Elektroforretning

\*Eller liknende produkter med samme virkestoff og konsentrasjon

## Sanering av MRSA fra hud, hår, nese og hals

### 1. Daglig dusj med Hibiscrub

Ved hver dusj skal du gjøre 2 grundige innsåpninger, med ca. 2 minutters varighet (se vedlegg 1).

- Bruker du vaskekluter, skal disse være rene for hver dusj/ kroppsvask.
- Skyll kroppen og håret og steng av vannet.
- Vask hår og ansikt med Hibiscrub. Vær nøye rundt nesen. Unngå å få såpe i øyne og ører.
- Vask armhuler og deretter resten av kroppen. Vær særlig nøye rundt navlen, rundt kjønnsorganene, endetarmsåpning og huden mellom kjønnsorganer og endetarmsåpning (perineum). Skyll av, steng vannet og gjenta innsåping.
- Tørk med rent håndkle og skift til rene klær etter dusjing.
- Bruker du kosmetikk under saneringen, bruk nye produkter forbeholdt saneringsperioden.

### Alternativ: Bruk av Klorheksidin Sage kluter og Hibiscrub

- Vask hår og ansikt med Hibiscrub (unngå å få i øyne og ører). Dusj av kroppen med lunket vann.
- Tørk deg med rene håndklær.
- Vent til huden er tørr og avkjølt, før du bruker klutene. Det forebygger hudreaksjoner.
- Smør resten av kroppen med Klorheksidin Sage kluter slik veiledningen viser (se vedlegg 2).
- Ta på rent tøy.

Det skal ikke benyttes andre typer såpe eller sjampo. Balsam og deodorant kan benyttes. Hibiscrub og klorheksidin kluter virker uttørrende på hud. Bruk fuktighetskrem som ikke hemmer effekten av Hibiscrub. Se «Innkjøpsliste», eller spør på apoteket.

### 2. Desinfeksjon av nesehulen

Bactroban nesesalve 3 ganger daglig. Hver person i husstanden har sin egen tube som doseres slik at innholdet i tuben er oppbrukt ved saneringens slutt.

- Utfør håndhygiene.
- Ta salve på Q-tips og smør godt rundt på innsiden av hver nesevinge. Klem neseborene lett sammen slik at salven fordeler seg. Utfør håndhygiene.

### 3. Tannstell

- Utfør alltid håndhygiene før og etter stell av tenner og tannproteser.
- Tannbørste og ev tannprotese desinfiseres daglig ved å bløtlegges i Corsodyl i minimum 15 minutter. Skyll av med varmt vann.
- Bytt ut tannbørsten på dag 2 og på saneringens siste dag.

#### 4. Ved MRSA i hals

I tillegg til daglig dusj og nesesalve, behandles MRSA i hals ofte med antibiotika. Du kan også få beskjed om å gurgle halsen med Corsodyl munnskyllevæske.

##### Dersom Corsodyl halsskylling er ordinert

Bruk en tannkrem som ikke hemmer effekten av Corsodyl, bruk for eksempel Zendium.

Corsodyl halsgurgling utføres minst 2 ganger daglig.

- Utfør håndhygiene.
- Bruk nytt engangsglass for hver skylling.
- Skyll munnen og gurgle halsen i minst 1 minutt – ikke svelg.
- Utfør håndhygiene.

Corsodyl kan gi misfarging av tenner, tannproteser og tunge. Dette kan forebygges ved å unngå te, kaffe og rødvin. Grundig tannrengjøring før bruk kan også hjelpe mot misfarging. Om misfarging oppstår, kan tennene renses hos tannpleier etter avsluttet sanering.

## Sanering av MRSA fra omgivelsene

### 1. Rengjøring

- Daglig støvsuging og rengjøring av overflater i oppholdsrom. Vær spesielt oppmerksom på punkter som hyppig berøres:
  - Inventar som håndtak på dør/skuffer/skap, armlener på stoler, lysbrytere, armatur på vannkraner, skyllekanapp på toalett, toalettsete osv.
  - Utstyr som kam, børste, briller, mobiltelefon, pc-tastatur, fjernkontroller osv.
- Overflatedesinfeksjonssprit kan brukes i stedet for såpe og vann, men ikke på lysbrytere eller andre materialer som ikke tåler sprit.
- Grundig støvsuging av madrasser og stoffmøbler utføres på dag 2 og på saneringens siste dag. Skift pose og filter i støvsugeren dag 2 og på saneringens siste dag.
- Avfall håndteres som vanlig.

### 2. Klesvask

- Bruk helst tøy som tåler høye vasketemperaturer, 60° C eller mer.
- Sengetøy, håndklær, vaskekluter og undertøy kokvaskes, over 85° C. Bruk ikke spareprogram.
- Bruker du tøy som ikke tåler 60° C, vaskes dette på den høyeste temperaturen tøyet tåler, i halvfull maskin.
- Alle i husstanden skifter daglig til rene klær, håndklær, og sengetøy.
- Om mulig vaskes dyner og puter på så høy temperatur som de tåler mot slutten av saneringsperioden.
- Andre tekstiler som er i daglig bruk, vaskes mot slutten av saneringsperioden på høyest mulig temperatur. Det kan være pledd, sofaputetrekk, luer, vanter osv.

## Påminnelser når saneringen avsluttes

- Klokker, ringer og smykker som er lagt til side rengjøres. Vask med såpe og vann før de brukes på nytt. Alternativt kan gjenstander som tåler dette, tørkes av med overflatedesinfeksjonssprit.
- Vurder om kosmetikk som har vært i direkte kontakt med fingre/ hud bør kastes.

## Plan for sanering

Eventuell antibiotikabehandling og varighet av sanering besluttes av lege (5, 7 eller 10 dager)  
Kryss av etter hvert som du utfører prosedyrene.

<b>Navn:</b>											
<b>Dato Oppstart:</b>	<b>Dusj eller helkroppsvask med kluter</b>		<b>Bactroban nesesalve</b>			<b>Corsodyl Halskylling hvis ordinert</b>			<b>Antibiotika hvis ordinert</b>		
	Dusj med Hibiscrub såpe	Klorheksidin kluter	Morgen	Middag	Kveld	Morgen	Middag	Kveld	Morgen	Middag	Kveld
<b>Dag 1</b>											
<b>Dag 2</b>											
<b>Dag 3</b>											
<b>Dag 4</b>											
<b>Dag 5</b>											
<b>Dag 6</b>											
<b>Dag 7</b>											
<b>Dag 8</b>											
<b>Dag 9</b>											
<b>Dag 10</b>											

## Kontrollprøver etter sanering

Kontrollprøveperioden varer i totalt ett år etter sanering, og det endelige resultatet får du først etter at kontrollprøveperioden er over. Etter de 3 første prøvene gjøres det en vurdering av din MRSA-status. Avtal kontrollprøvedatoer med din fastlege.

<b>Navn:</b>									
<b>Sluttdato for sanering:</b> _____									
Prøve fra nese, hals og perineum etter dette skjemaet Annet: Ved behov tas det også prøver av; sår/ferske arr/eksem/kateter/ urin osv.									
<b>Kontrollprøver:</b>	<b>Dato:</b>	<b>Nese Resultat</b>		<b>Hals Resultat</b>		<b>Perineum Resultat</b>		<b>Annet Resultat</b>	
		Funn av MRSA	Ikke funn av MRSA	Funn av MRSA	Ikke funn av MRSA	Funn av MRSA	Ikke funn av MRSA	Funn av MRSA	Ikke funn av MRSA
<b>1 uke etter sanering</b>									
<b>2 uker etter sanering</b>									
<b>3 uker etter sanering</b>									
<b>3 måneder etter sanering</b>									
<b>6 måneder etter sanering</b>									
<b>12 måneder etter sanering</b>									



## VEDLEGG 2: Veiledning for vask med klorheksidin kluter

Slik påfører du Klorheksidin

Her kan det være greit å få litt hjelp

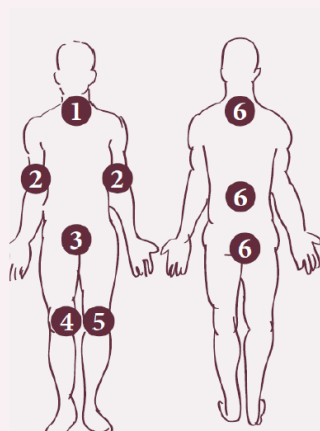
1. Påfør på hals og bryst.
2. Påfør begge armer. Start med skulder og slutt på fingertuppene. Husk armhulen!
3. Påfør høyre og venstre hofta, magen samt lysken. Sørg for å komme godt inn i folder.
4. Påfør høyre ben, start på låret og avslutt på tærne. Vær grundig i knehasen.
5. Påfør venstre ben, start på låret og avslutt på tærne. Vær grundig i knehasen.
6. Påfør på ryggen. Start fra nakken så til ryggen og til slutt baken.

Huden kan etter påføring føles noe «klisset» dette blir borte i løpet av noen minutter.

### NB

Unngå kontakt med øyne, ører og munn.

**Intimvask:** Unngå å få Klorheksidin på slimhinner.



 **KvinTo AS**  
Medisinske Produkter  
— for bedre livskvalitet

Brøbekkveien 107  
0582 Oslo  
Tlf: (+47) 22720300  
[post@kvinto.no](mailto:post@kvinto.no)

### Sanering av MRSA

Klorheksidin «Sage» 20 mg/ml impregnert pute (kluter).



Kjøpes på Apotek

Varenummer 135487, 6 kluter pr pakke

### Saneringa av MRSA (Methicillin-Resistente *Staphylococcus aureus*)

#### MRSA

Gule stafylokokker, *Staphylococcus aureus*, er en bakterie som de fleste av oss kan ha på huden eller i nesene. Vanligvis merker vi ikke at den er der, men av og til kan den gi infeksjoner for eksempel i sår, men den gir sjelden alvorlige infeksjoner.

Infeksjoner med denne bakterien kan behandles med antibiotika.

Enkelte ganger er bakteriene ufølsomme (resistente) mot flere typer antibiotika, ett av disse er meticillin. Da kalles bakterien MRSA (meticillinresistent *Staphylococcus aureus*). Disse bakteriene er ikke farligere enn andre stafylokokker, men infeksjoner som er forårsaket av MRSA, krever behandling med spesielle antibiotika.

Klorheksidinglukonat er en antiseptisk/bakteriedrepende løsning utviklet for å redusere bakterier på huden.

Trinnene på neste side forklarer hvordan du bør bruke klorheksidinkluten.



Det er viktig at du følger opplegget som din smittevernkontakt har gitt deg.

Denne brosyren forteller hvordan du skal bruke kluten,

For å åpne pakken:

Hold pakken i den ene hånden, dra av klaffen på fremsiden av pakken,

med andre hånden. Det blå skumomslaget skal kastes. Bruk kluten direkte fra pakken.

**Viktig: Unngå kontakt med øyne og ører.**

Det bør i behandlingstiden ikke benyttes andre typer såpe og sjampo. Du kan bruke deodorant.

Stryk på Klorheksidin i en frem-og-tilbake bevegelse.

Sørg for å dekke hvert område grundig. Det kan være nødvendig med litt hjelp.

Bruk alle klutene i pakken.

Ikke skyl av, ikke bruk kremer, lotion, eller sminke etter påføring.

Kast klutene etter bruk.

La huden lufttørke. Kle deg i rene klær / nattøy.