

## Cryptosporidiuminfektion, patientinformation 2013-12-13

### Smittskyddsläkarnas smittskyddsblad

#### Vad är Cryptosporidium?

Cryptosporidium är en parasit som kan orsaka vattentunna diarréer, illamående och ont 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. Parasiten tål normal klorbehandling och kan därför också smitta via förorenat dricksvatten, bad- eller bassängvatten. Kockt dricksvatten eller mat som är väl kockt 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 därför 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 du ska 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 det gått minst en vecka sedan diarréerna upphört och avföringen blivit normal.
- 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.