

## Hepatit E, patientinformation 2013-12-13

### Smittskyddsläkarnas smittskyddsblad

#### Vad är hepatit E?

Hepatit E orsakas av ett virus som kan ge inflammation i levern och ibland även gulsot. Viruset finns av olika typer. Den i Sverige vanligast förekommande typen brukar ge mild sjukdom medan hepatit E i t.ex. Asien, Afrika och Latinamerika kan ge mer allvarliga symtom. Infektionen läker ut utan behandling och man blir i regel helt frisk igen.

#### Hur blir man smittad och när är man smittsam?

Viruset finns i avföring och sprids oftast genom mat och vatten som förorenats. Smittan kan ibland spridas från person till person, till exempel vid intim kroppskontakt. Virus finns hos vissa djurarter, t.ex. gris, så djurkontakt kan spela roll för smittspridningen. De flesta sjukdomsfallen är smittade utomlands. Du är smittsam från en vecka före till tre veckor efter insjuknandet.

#### Vad ska du tänka på för att inte smitta andra? Förhållningsregler och hygienråd:

- 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 ska inte laga och hantera mat åt andra.
- Du ska inte yrkesmässigt bereda eller hantera oförpackade livsmedel eller arbeta inom vård och omsorg när du är smittsam.
- Smittsamt barn ska inte vistas på förskola.
- Arbetar du med oförpackade livsmedel är du enligt europeisk livsmedelslagstiftning skyldig att omedelbart meddela din arbetsledare om din smitta.

Infektion med hepatit E är så kallad allmänfarlig sjukdom enligt smittskyddslagen. Du är därför skyldig att följa de förhållningsregler din läkare ger dig och 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.