BEHANDLING AV MRSA-BÆRERSKAP (sanering)

Veiledning for hjemmeboende personer

Gule stafylokokker er en vanlig bakterie hos mennesker, i form av «bærerskap» på hud og slimhinner. Bakterien gir normalt ikke sykdom hos friske personer. Dette gjelder også for MRSA, som er en variant av gule stafylokokker. Det spesielle med MRSA er at bakterien er motstandsdyktig mot flere typer antibiotika.

MRSA bør ikke spres til pasienter i sykehjem og på sykehus. Dersom du eller noen du bor sammen med arbeider i helseinstitusjon eller ofte er i kontakt med helsetjenesten, kan legen foreslå forsøk på MRSA-sanering. Sanering betyr å fjerne MRSA fra hud og slimhinner.

MRSA-sanering er en omfattende oppgave som krever god planlegging. Det innebærer daglig kroppsvask med klorheksidin, rengjøring av hjemmet, hyppig vask av klær samt bruk av medikamenter. Varigheten av sanering er fra 7 til 10 dager, lege avgjør saneringsperiodens lengde. Du følges opp med kontrollprøver i et år etter saneringens siste dag. Det er ikke alltid sanering lykkes, og du kan sammen med legen vurdere et nytt forsøk.

Før sanering bør infeksjoner være behandlet, eventuelle sår være grodd, eksem optimalt behandlet og katetre fjernet. Når det bor flere i husstanden, må alle testes for MRSA før oppstart av saneringen. Alle i husstanden bør utføre MRSA-sanering samtidig, uavhengig av negativt eller positivt testresultat. Generelt anbefales ikke sanering av barn under 2 år.

Risiko for å smitte andre reduseres betydelig når MRSA-sanering er påbegynt, og man kan omgås andre som normalt. Det er viktig med god håndhygiene, også for besøkende. Dersom helsepersonell bistår deg ved sanering bruker de smittevernutstyr, slik som gul frakk, munnbind og hansker.

Innkjøpsliste før sanering

Klorheksidin såpe 40mg/ml (Hibiscrub®) Ev. klorheksidin kluter*	Apotek Fås på resept
Mupirocin nesesalve (Bactroban®) hvis forforordnet	
Klorheksidin munnskyllevæske (Corsodyl®) hvis forordnet	
Antibiotika hvis forordnet	
Fuktighetskrem som ikke hemmer effekten av klorheksidin. Kan brukes: Miniderm®, Decubal®, Apobase®, Vitapan®, Locobase®	Apotek
Håndesinfeksjonssprit	
Overflatedesinfeksjonssprit til overflater som tåler sprit	
Zendium tannkrem dersom halsskylling er forordnet	Apotek/ dagligvarebutikk
Engangsglass dersom halsskylling er forordnet	
Q-tips dersom nesesalve er forordnet	
Tannbørste Alle i husstanden bytter tannbørste daglig under sanering (billige flerpk)	Dagligvarebutikk
Eventuelt tørkepapir til hender	
Nye poser og nytt filter til støvsuger	Elektroforretning

*Klorheksindin kluter 2% kan brukes til kroppsvask, men kan være vanskelig å skaffe. I tillegg til klutene må man ha Klorheksidin såpe til ansikt og hårvask.

Ved oppstart av sanering:

- God håndhygiene er viktig for å lykkes med sanering. Unngå lange negler, løse negler, neglelakk,
- Alle smykker, ringer, armklokker og øredobber legges bort, og brukes ikke under saneringen. Rengjøres før de tas i bruk igjen.
- Bruk helst ikke gamle hygieneprodukter som har vært i berøring med hud og hender, for eksempel roll-on og krem i krukke. Dette for å redusere risiko for å bli smittet på nytt.

Av smittevernsykepleiere som rådgir kommunehelsetjenesten, ansatt i sykehusene i Helse Nord
Kontakt: skht@helse-nord.no
Oppdatert februar 2024

Sanering av MRSA

1. **Håndhygiene – ofte og grundig**

- **Hånddesinfeksjon:** Bruk rikelig med håndsprit, fordel grundig og vent til hendene er tørre.
- **Håndvask**: Etter toalettbesøk eller ved synlig skitne hender vaskes hendene grundig. Bruk flytende såpe. Skyll godt av og tørk hendene med ren håndduk eller tørkepapir.

2. **Daglig dusj med klorheksidin såpe (Hibiscrub®)**

- Ved hver dusj gjøres 2 grundige innsåpninger, med ca. 2 minutters varighet (se vedlegg 1).
- Skyll kroppen og håret og steng av vannet. Såp inn hår og ansikt med klorheksidin såpe. Vær nøye rundt nesen. Unngå å få såpe i øyne og ører. Såp inn resten av kroppen. Vær nøye med armhulene, navlen, lysken og baken. Skyll av. NB! Brukes vaskekluter skal de skiftes for hver dusj.
- Steng vannet og såp inn hele kroppen på nytt. Skyll av. Tørk med rent håndkle og skift til rene klær.
- Ikke bruk andre såper eller sjampo. Balsam, deodorant og parfyme kan brukes. Klorheksidin tørker ut huden. Bruk kun fuktighetskrem som ikke påvirker klorheksidin, se «Innkjøpsliste» på første side.
- Dersom behov for dusjing flere ganger daglig, skal klorheksidin såpe brukes.
- **Alternativ til dusjing:** Bruk av klorheksidin kluter 2%: Se vedlegg 2.

3. **Muporicin nesesalve (Bactroban®)** - egen tube til hver person som skal bruke salve

- Utfør håndhygiene og ikke berør åpningen på salvetuben med hendene.
- Påfør litt salve på en ren Q-tips og smør godt rundt på innsiden av begge nesebor. Klem neseborene lett sammen slik at salven fordeler seg. Utfør håndhygiene.

4. Hvis forordnet av lege: **Halsskylling med klorheksidin (Corsodyl®)**

- Utfør håndhygiene før og etter halsskylling.
- Nytt engangsglass for hver skylling. Skyll munnen og gurgle dypt i halsen i 1 minutt – ikke svelg.
- Bruk en tannkrem som ikke påvirker klorheksidin, for eksempel Zendium.
- Klorheksidin kan gi misfarging av tenner. Det kan forebygges ved god tannrengjøring før halsskylling, samt unngå te, kaffe og rødvin. Hvis behov kan tennene renses hos tannpleier etter saneringen.

5. **Tannstell**

- Utfør alltid håndhygiene før og etter stell av tenner og tannproteser.
- Ny engangstannbørste hver dag (alternativt skiftes børsten på dag 2 og på saneringens siste dag).
- Tannproteser pusses daglig og bløtlegges i klorheksidin munnskyllevæske (Corsodyl®) i minimum 15 minutter. Skyll av med vann.

6. **Rengjøring i boligen**

- Bruk vanlige rengjøringsmidler. Alternativt brukes overflatedesinfeksjonssprit på synlig rene overflater, på materialer som tåler sprit. Klorin kan brukes på vaskeservant og WC.
- Daglig rengjøring av bad/WC og ting som berøres ofte. For eksempel mobiltelefon, fjernkontroller, håndtak, armlener, lysbrytere, skylleknapp på toalett, toalettsete osv.
- På saneringsperiodens dag 2 og siste dag utføres grundig støvsuging/rengjøring av overflater og gulv (oppholdsrom, soverom, bad). Støvsug madrasser og stoffmøbler. Skift pose og filter i støvsugeren.

7. **Klesvask**

- Alle i husstanden skifter daglig til rene klær, håndklær, vaskekluter og sengetøy.
- Vask klær på den høyeste temperaturen tøyet tåler og unngå korte vaskeprogrammer.
- Sengetøy, håndklær, vaskekluter og undertøy vaskes på høy temperatur (60° C eller mer).

Plan for sanering

Varighet av sanering (7 eller 10 dager) og hvilke medikamenter som skal brukes forordnes av lege.

Navn:										
Dato oppstart:	**Klorheksidin** dusj eller kluter	**Nesesalve** hvis forordnet			**Halsskylling** hvis forordnet			**Antibiotika** hvis forordnet		
	En gang i døgnet	Morgen	Ev. Middag	Kveld	Morgen	Ev. Middag	Kveld	Morgen	Ev. Middag	Kveld
Dag 1										
Dag 2										
Dag 3										
Dag 4										
Dag 5										
Dag 6										
Dag 7										
Dag 8										
Dag 9										
Dag 10										

Ekstra gjøremål i saneringsperioden	**Dag 2**	**Siste dag**
Grundig rengjøring. I tillegg støvsuging av madrasser og stoffmøbler		
Skift pose og filter i støvsugeren		
Dersom du ikke bruker ny engangstannbørst hver dag. Bytt børsten		
Daglig: Rengjøring av ting som berøres ofte, vask av bad/WC, skift og vask av sengetøy, håndklær, klær.		

Kontrollprøver etter sanering

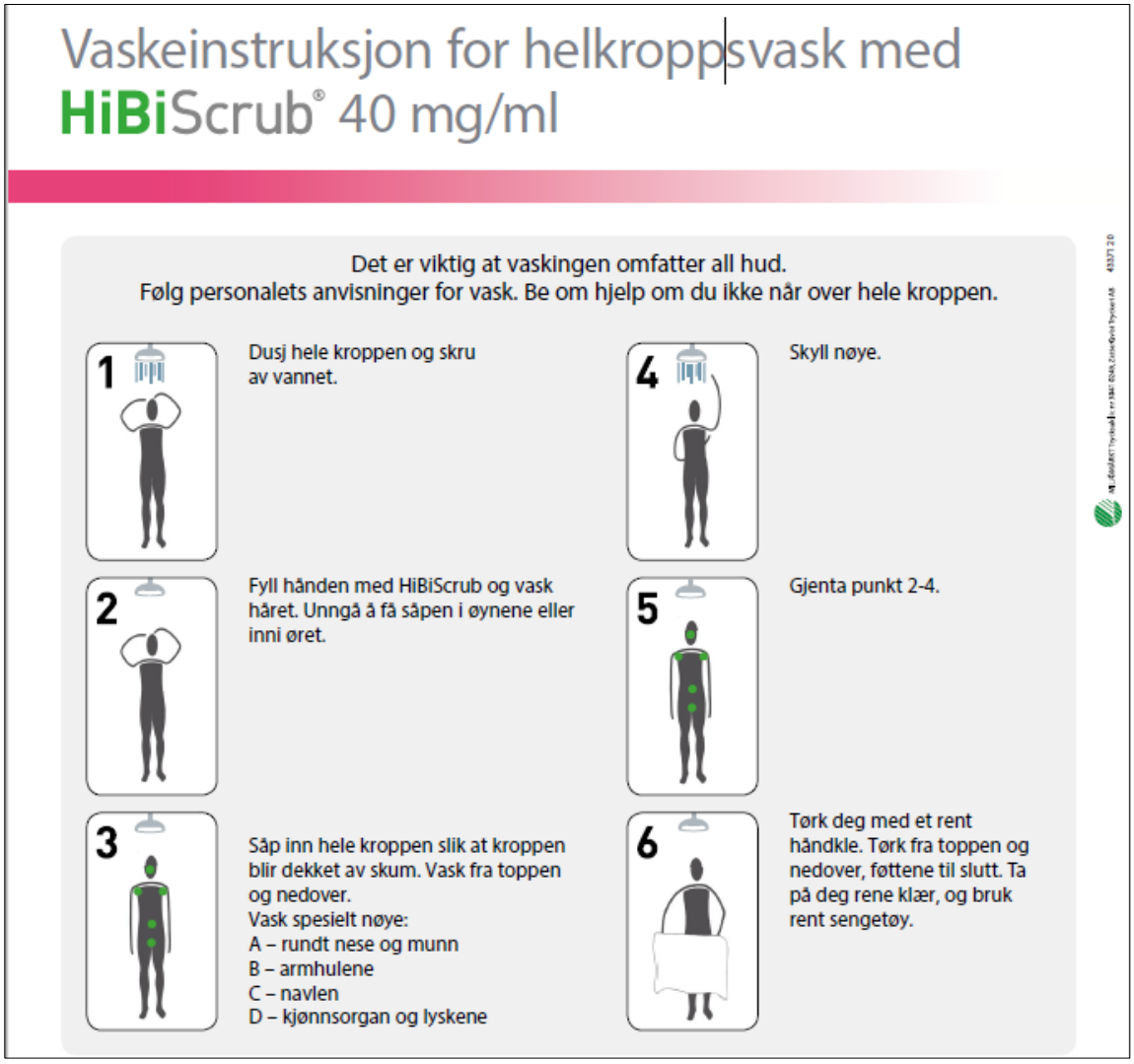
Kontrollperioden varer i ett år etter sanering. Etter de 3 første prøveresultatene gjøres det en vurdering av din MRSA-status. Avtal tidspunkt for kontrollprøver med din fastlege.

	Navn:
	Sluttdato for sanering: _____
	Prøve fra nese, hals og perineum* etter dette skjemaet Ved behov tas det også prøver av; sår/ferske arr/eksem/kateter/ urin osv.

Kontrollprøver:	**Dato:**	**Nese Resultat**		**Hals Resultat**		**Perineum Resultat**		**Annet Resultat**	
		Negativ	Positiv	Negativ	Positiv	Negativ	Positiv	Negativ	Positiv
1 uke etter sanering									
2 uker etter sanering									
3 uker etter sanering									
3 måneder etter sanering									
6 måneder etter sanering									
12 måneder etter sanering									

*Perineum er området mellom kjønnsorganene og endetarmsåpningen

VEDLEGG 1: Veiledning for dusj med klorheksidin såpe



VEDLEGG 2: Veiledning for vask med klorheksidin kluter 2%

Alle klutene i pakningen skal brukes ved hver innsmøring - én klut pr kroppsdel.
I tillegg brukes klorheksidin såpe til ansikt og hår.

Bruk av klorheksidin kluter 2%

- Vask hår og ansikt med klorheksidin såpe. Unngå å få i øyne og ører.
- Dusj av kroppen med lunket vann og 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 kluter.

Fordeling av kluter*

1: Hals og bryst
2: Ryggen
3 og 4: Én klut pr arm: skuldrene, armhulene, armene, fingrene
5: Begge hoftene, mage, lyske, perineum (området mellom kjønnsorgan og endetarm)
6 og 7: Én klut pr bein: Lår, kne, legg, fot og tærne til slutt
8: Baken

*Tilgang på kluter er varierende, og enkelte produkter har færre kluter. Da følges veiledning fra produsent.