

Vårdhygieniska riktlinjer för virusorsakade luftvägsinfektioner i ordinärt boende

Utfärdare: Tamara Matti, hygienläkare Vårdhygien
Fastställande: 2025-10-15

Förändring från föregående utgåva 2024-11-15: Översyn och språklig bearbetning, nytt stycke om smittsamhet för andra luftvägsvirus.

Omfattning

Dokumentet gäller anställda och studenter inom kommunal hälso- och sjukvård i hemmet och inom hemtjänst.

Bakgrund

Riktlinjerna gäller främst luftvägsinfektioner orsakade av SARS-CoV-2 och influensavirus A och B, men kan även tillämpas vid luftvägsinfektion orsakad av andra luftvägsvirus såsom RS-, parainfluensa-, metapneumo-, rhino-, entero- och adenovirus.

Nödvändig vård och behandling får inte försenas pga. misstänkt infektion eller verifierad infektion med luftvägsvirus.

Smittvägar

Luftvägsinfektioner orsakade av virus sprids från person till person med vätskedroppar i luften från de övre luftvägarna när en person hostar, nyser, pratar, sjunger eller andas. Spridning kan också ske via droppar som landat på ytor eller föremål. God handhygien förebygger smittspridning.

Vaccination

En hög vaccinationstäckning är viktigt för att skydda brukare och medarbetare mot luftvägsinfektioner. Brukare ska erbjudas vaccination mot covid-19 och influensa enligt folkhälsomyndighetens rekommendationer. Omvårdnadspersonal ska uppmuntras att vaccinera sig mot influensa. Arbetsgivaren ska erbjuda vaccination mot influensa till anställda.

När ska man misstänka virusorsakad luftvägsinfektion?

- Om brukaren har minst ett av hosta, ont i halsen, andfåddhet, eller rinnande näsa, med eller utan feber
OCH
- Ansvarig omvårdnadspersonal misstänker att orsaken är infektion som kan bli allvarlig

Även akut insjuknande i bild av lunginflammation (allvarlig nedre luftvägsinfektion) utan annan uppenbar förklaring eller bortfall av lukt/smaksinne ska ge misstanke om covid-19 eller influensa under en virussäsongs. Mag-tarmsymtom t.ex. illamående och kräkningar förekommer också. Hos äldre kan insjuknandet i både covid-19 och influensa vara okaraktäristiskt, till exempel akut feber och förvirring.

Praktiska åtgärder och information till brukare vid misstänkt virusorsakad luftvägsinfektion

Brukare med nyttkomna symtom som hosta, snuva, halsont, andningsbesvär och/eller feber alternativt verifierad covid-19 eller influensa bör i första hand vistas i hemmet för att inte smitta andra.

Vid behov av sjukvård kontaktas 1177 eller hälsocentral per telefon. Vid svåra symtom ring 112.

Brukare med hosta/nysningar informeras om att hosta och nysa i armvecket eller i pappersnäsdukar samt att tvätta och desinfektera händerna ofta.

Frikostighet med PCR-testning för virus vid misstänkt virusorsakad luftvägsinfektions rekommenderas för brukare som har kommunala hälso- och sjukvårdsinsatser. Att identifieras fall av influensa tidigt och ge antiviral behandling mot influensa minskar risken för svår sjukdom och sjukhusinläggning.

Sjuksköterska bedömer om testning är lämpligt utifrån brukarens möjlighet att medverka och kontaktar ansvarig hälsocentral för ställningstagande till remiss.

Arbetsrutiner för personal hos brukare med virusorsakad luftvägsinfektion:

- Säkerställ följsamhet till basala hygienrutiner och klädregler.
- Använd visir eller skyddsglasögon samt vätskeresistent munskydd typ IIR som miniminivå vid arbete på kort avstånd från person med symtom på förkylning/luftvägsinfektion..
- Andningsskydd FFP2 eller FFP3 används de första 5 dagarna efter patientens symtomdebut vid starkt misstänkt eller verifierad covid-19 eller influensa. Andningsskydd rekommenderas när den sammanlagda arbetstiden nära brukare är mer än en timme per arbetspass. Andningsskyddet är av engångstyp och personbundet. Utbildning och kunskap krävs för att andningsskyddet ska sitta korrekt och ge ett bra skydd.
- Byt handskar mellan orena och rena arbetsmoment enligt basala hygienrutiner. Desinfektera händerna före och efter handskanvändning.
- Använd engångs plastförkläde för att skydda arbetskläder.
- Kasta använd skyddsutrustning som vanligt avfall. Var noga med handdesinfektion när du tagit av dig skyddsutrustningen.
- Byt arbetskläder om de förorenats, innan besök hos annan brukare under samma arbetspass.
- Säkerställ tillgång hos varje brukare:
 - alkoholbaserat handdesinfektionsmedel
 - flytande tvål
 - torkpapper

- engångs plastförkläde/långärmat plastförkläde. Arbetsdräkten ska skyddas vid kontakt med brukaren, brukarens säng och vid risk för kontamination av kroppsvätskor. I de flesta situationer räcker det med skyddsförkläde utan ärm. Endast vid risk för kraftig förorening av kläder eller underarmar rekommenderas långärmat plastförkläde.
- handskar
- stänkskydd för ögon, näsa och mun (visir och munskydd)
- alkoholbaserat ytdesinfektionsmedel med tensid
- engångstorkdukar

Smittsamhet vid konstaterad covid-19, influensa och RS-virus

Hos de flesta brukare har smittsamhet vid covid-19, influensa och RS-virus sannolikt upphört när följande kriterier är uppfyllda:

- 5 dagar efter symtomdebut och
- feberfrihet i minst 24 timmar och
- klinisk förbättring (stabilt förbättrad avseende symtom)

Antiviral behandling vid influensa A och B kan förkorta smittsamhetsperioden. Efter minst tre dagars behandling i kombination med stabil förbättring som varat minst 24 timmar är det låg sannolikhet för smittsamhet. Personer med nedsatt immunförsvar kan vara smittsamma under längre tid.

Personer med nedsatt immunförsvar kan vara smittsamma under längre tid.

Smittsamhet för övriga virusorsakade luftvägsinfektioner

Generellt är personer med luftvägsinfektion mest smittsamma de första dygnet och när de har tydligast symtom. Om medicinsk personal ej gjort en individuell bedömning av smittsamhet kan omsorgspersonal anta att smittsamheten har upphört när brukaren varit feberfri samt stabilt känt sig förbättrad från sina förkylningssymtom under minst 24 timmar.

Rengöring och desinfektion av ytor och hjälpmedel

Ytor och föremål förorenas lätt i brukarens närhet, framför allt när denne hostar och nyser. Rengör och desinfektera ytor som brukare och personal ofta rör vid. Rengöring kan ske med rengöringsmedel och vatten. Synligt rena arbetsytor och handtag bör desinfekteras med alkoholbaserat ytdesinfektionsmedel med rengörande effekt. Hjälpmedel och medicinteknisk utrustning som ska användas av annan brukare ska rengöras och desinfekteras noggrant.

Städning

Utförs enligt ordinarie rutiner med tillägg av desinfektion av ytor som brukare och personal ofta rör vid. Utför punktdesinfektion när spill av kroppsvätskor upptäcks.

När brukaren förklaras smittfri kastas engångs-/skyddsmaterial som personalen bedömer har smutsats ned under infektionen av personal eller brukare. Hjälp gärna brukare att duscha och bädda rent i sängen.

Avfall och tvätt

Avfall hanteras som vanligt. Knyt ihop säcken inne hos brukaren innan transport till soptunna/soprum.

Vanlig tvätthantering. För textilier synligt förorenade med kroppsvätskor rekommenderas maskintvätt i 60grader. Tänk på att skydda arbetsdräkten med förkläde vid hantering av smutstvätt. Hantera inte smutsig tvätt på samma yta som ren tvätt. Vid tvätt i gemensam tvättstuga ta med plastförkläde, handskar, handdesinfektion och alkoholbaserat ytdesinfektionsmedel med rengörande effekt. Använd plastförkläde och handskar vid hantering av smutstvätt. Lägg smutstvätt direkt i tvättmaskinen. Desinfektera händer efter avslutat arbete med smutstvätt. Desinfektera luckor, handtag, ytor etc i tvättstugan.

Rutiner vid dödsfall

Inga särskilda rutiner gäller på grund av dessa infektioner.

Personalfrågor

Anställd som har nytillkomna symtom på luftvägsinfektion och inte mår bra tillräckligt bra för att arbeta eller har nytillkomna luftvägssymptom och feber >38 grader ska stanna hemma och kontakta sin chef. I första gället sjukskrivning enligt gängse rutin. Grundregeln för återgång i arbete är att personen har känt sig återställd från luftvägsinfektionen minst ett dygn.

[Länk till Vårdhygien Västerbottens sida för kommunal vård och omsorg via QR kod.](#)

