

Informasjon til deg som har fått påvist MRSA

Du får dette skrevet fordi du har fått påvist MRSA. Her får du informasjon om hva MRSA er, og hva det har å si for deg.

Hva er MRSA?

Gule stafylokokker er bakterier som finnes naturlig på huden, og ofte også i nesen og halsen hos mange mennesker og dyr, også kjæledyr. MRSA er en type gule stafylokokker som er motstandsdyktig mot flere typer antibiotika. Man kan ha MRSA på huden, i nesen eller halsen uten å være syk eller ha plager. Da kalles det å være bærer av MRSA. Du regnes som bærer av MRSA også hvis bakterien først ble oppdaget ved en infeksjon. Noen ganger kan gule stafylokokker føre til infeksjon, ofte i hud eller sår, men også andre infeksjoner kan oppstå.

Er det farlig å være bærer av MRSA?

De fleste som er bærere av MRSA får ikke infeksjon og blir ikke syke av bakterien. Hvis du får en infeksjon med MRSA, kan imidlertid denne infeksjonen være vanskeligere å behandle enn andre stafylokokkinfeksjoner.

Hvordan smitter MRSA?

MRSA kan finnes på huden, i nesen og halsen, og kan smitte ved direkte kontakt med andre mennesker. Den kan også smitte til andre via utstyr eller overflater som ikke er tilstrekkelig rengjort. Smitte skjer oftest mellom mennesker som har mye tett kontakt.

Hva kan jeg gjøre for å redusere risiko for å smitte andre?

- Vask hendene godt med såpe og vann:
 - før du lager eller spiser mat
 - etter toalettbesøk
 - etter kontakt med kroppsvæsker, for eksempel etter at du har pusset nesen
 - når hendene er synlig skitne
 - før og etter besøk på sykehus, sykehjem eller andre helseinstitusjoner
- Hold sår, rifter og væskende utslett rene, og dekk dem til med bandasje eller plaster.
- Ikke del barberhøvel eller håndkle med andre.
- Vask undertøy, håndklær og sengetøy på 90°C hvis tekstilene tåler det.
- Vask også håndtak på dører, skap og andre flater som berøres ofte du rengjør hjemme.

Kan jeg gå i barnehagen, på skolen eller jobb hvis jeg er bærer av MRSA?

Barn som er bærere av MRSA kan gå i barnehagen eller på skolen og delta i lek og fritidsaktiviteter som vanlig.

Det finnes egne regler for personer som er MRSA bærere og

- jobber med pasientkontakt i sykehus eller sykehjem
- jobber med gris, ku, sau eller geit

Du kan lese mer om dette i avsnittet om hvem du skal informere om MRSA-bærerskap.

Andre yrkesgrupper kan gå på jobb som vanlig, selv om de er bærere av MRSA. Husk å følge rådene for å redusere risiko for å smitte andre, som beskrevet over.

Hvem må jeg informere om at jeg er bærer av MRSA?

Informert om at du er bærer av MRSA når du får helsehjelp, for eksempel når du er hos lege eller når du legges inn på sykehus eller sykehjem. Opplysning om at du er bærer av MRSA registreres også i pasientjournalen din. Dette hjelper helsepersonell med å forebygge spredning av smitte og velge riktig type antibiotika hvis du får en infeksjon.

Du bør informere arbeidsgiver eller studiested om at du er bærer av MRSA hvis du:

- jobber med pasientkontakt i sykehus eller sykehjem
- studerer og har pasientkontakt i sykehus og sykehjem som del av studiet
- jobber med gris, ku, sau eller geit

Partneren din eller andre du bor sammen med bør informere helsetjenesten om at de har partner eller bor sammen med en person som er bærer av MRSA, når de får helsehjelp. De bør også informere sin arbeidsgiver eller studiested om dette hvis de:

- jobber med pasientkontakt i sykehus eller sykehjem
- studerer og har pasientkontakt i sykehus og sykehjem som del av studiet
- jobber med gris, ku, sau eller geit

Du trenger ellers ikke å informere arbeidsgiver, kolleger, venner, skole eller barnehage om at du er bærer av MRSA.

Hva skjer hvis jeg blir lagt inn på sykehus eller sykehjem?

Hvis du er bærer av MRSA kan det være nødvendig å gjøre tiltak når du er innlagt på sykehus eller sykehjem for å redusere risiko for at bakterien spres til andre. Hvilke tiltak som er aktuelle avhenger av situasjonen. Det kan for eksempel være:

- Eget rom med eget toalett.
- Helsepersonell bruker smittevernutstyr som hansker, frakk og munnbind
- Hyppigere rengjøring av rom og utstyr.
- På sykehus kan det være nødvendig med isolasjon. Det betyr at du får beskjed om å holde deg på pasientrommet ditt og at du ikke kan bruke fellesområder eller ha nær kontakt med andre pasienter.

Det kan også være behov for smitteverntiltak når du får helsehjelp utenfor sykehus eller sykehjem, for eksempel fra hjemmesykepleien. Selv om det er behov for smitteverntiltak, har du rett til den samme helsehjelpen som andre pasienter.

Kan jeg bli kvitt MRSA?

Hos noen forsvinner MRSA av seg selv, mens hos andre kan bakteriene bli værende på kroppen i måneder til år. I noen tilfeller kan det være aktuelt å forsøke behandling for å fjerne MRSA. Dette kalles sanering. Fastlegen din kan vurdere om dette er aktuelt for deg og gi deg informasjon om behandlingen. Ta kontakt med legen din hvis du har spørsmål om MRSA.