

Vejledning om forebyggelse af smitte med ny coronavirus og andre luftvejsinfektioner på plejehjem, botilbud mv. og i hjemmeplejen

Indhold

Symptomer og smitteveje ved covid-19 og andre luftvejsinfektioner	1
Smitteveje.....	2
Generel forebyggelse af smitte	2
Brug af værnemidler.....	3
Håndtering ved symptomer på luftvejsinfektion hos borgere	3
Ved mistanke om covid-19 hos beboere på plejehjem og botilbud mv.....	4
Ved mistanke om covid-19 hos en borger i hjemmeplejen.....	4
Forholdsregler på plejehjem, botilbud og hjemmepleje ved positivt testsvar (påvist covid-19 hos borger) ...	5
Ophævelse af forholdsregler	6
Litteraturreferencer.....	6

Symptomer og smitteveje ved covid-19 og andre luftvejsinfektioner

Luftvejsinfektioner kan være forårsaget af vira (fx covid-19 og influenza) eller bakterier (fx pneumokokker og *Mycoplasma pneumoniae*).

Nogle infektioner (fx RS-virus) forårsager ikke alvorlig sygdom hos raske voksne, men kan gøre dette hos plejkrævende ældre eller personer med fx svær kronisk lungesygdom.

Specifikke symptomer på luftvejsinfektion – uanset årsag – er:

- hoste (tør eller produktiv)
- ondt i halsen
- evt. stoppet næse/løbenæse
- evt. vejrtrækningsbesvær

Der kan desuden ses almentsymptomer som feber, muskelsmerter, træthed og hovedpine. Hos ældre, plejkrævende patienter kan specifikke symptomer undertiden være utydelige, og sygdommen kan snarere vise sig ved konfusion, nedsat bevidsthedsniveau eller hurtigt indsettende funktionstab. Ved influenza ses typisk pludseligt indsettende ondt i halsen, hovedpine, muskelsmerter samt hoste og evt. feber.

Symptomer på covid-19 varierer fra person til person, men oftest ses feber, tør hoste, hovedpine, muskelsmerter, ondt i halsen, kvalme, træthed, stoppet næse, løbenæse og tab af smags- og/eller lugtesans. I alvorligere tilfælde kan ses vejrtrækningsbesvær. Den nuværende Omikron-variant giver et lignende symptombillede som tidligere varianter, men den påvirker smags- og lugtesansen mindre hyppigt. Infektion med covid-19 uden symptomer (asymptomatisk forløb) er almindelig.

Smitteveje

Både covid-19 og andre mikroorganismer, der forårsager luftvejsinfektioner, smitter ved dråbesmitte og kontaktsmitte (fx via håndtryk eller overflader forurenet med mikroorganismer). Ved covid-19 sker en stor del af smitten også via små dråber (mikrodråber/aerosoler), der dannes ved tale, sang og fysisk aktivitet – og især når man opholder sig i små og dårligt ventilerede rum. Smitte gennem luft som små og større dråber sker fortrinsvis ved længerevarende tæt kontakt. Indirekte kontaktsmitte (via forurenede overflader) spiller sandsynligvis en mindre rolle i smittespredningen.

Generel forebyggelse af smitte

Plejhjem, botilbud mv. samt hjemmeplejen bør så vidt muligt følge Sundhedsstyrelsens fem generelle råd til smitteforebyggelse for at forebygge smittespredning med smitsomme sygdomme generelt. Det gælder også, når der ikke er forekomst af smitsomme sygdomme på institutionen.

1. Bliv hjemme ved sygdom

Når man er syg, er det vigtigt for at forebygge smittespredning, at man bliver hjemme, til man er rask. At blive hjemme indebærer i denne forbindelse, at man undgår tæt og langvarig kontakt med andre, særligt med sårbare personer, der er ekstra modtagelige overfor smitsomme sygdomme. Man behøver ikke isolere sig fuldstændig i sit hjem.

2. Håndhygiejne

God håndhygiejne er en effektiv og veldokumenteret metode til at forebygge kontaktsmitte via genstande, hænder og ansigt. God håndhygiejne kan opnås ved hjælp af håndvask eller hånddesinfektion, dog anbefales håndvask altid ved synligt snavs på hænder, ved fugtige hænder, efter toiletbesøg, efter bleskift og før håndtering af madvarer og spisning efterfulgt af hånddesinfektion. Medarbejdere bør være særligt opmærksomme på at udføre håndhygiejne før og efter udførelse af pleje- og behandlingsopgaver samt at støtte borgeren i grundig håndhygiejne.

3. Host og nys i ærmet

Luftvejsinfektioner smitter hovedsageligt gennem dråbesmitte, som kan blive spredt i luften gennem fx host og nys. Host og nys i ærmet forebygger smitte gennem dråber i luften. Samtidig undgår man at overføre virus til sine hænder, som derfra kan overføres til andre mennesker enten direkte eller via overflader og kontaktpunkter

4. Luftskifte og ventilation

Ved dårligt luftskifte er der flere dråber i luften, og mikrodråber har i den sammenhæng gode forhold for at blive i luften i længere tid. Der er derfor større risiko for smitte med luftvejsinfektioner ved at opholde sig indendørs, særligt hvis mange personer er samlet i mindre lokaler med dårlig udluftning. Der bør derfor være opmærksomhed på tilstrækkeligt luftskifte for at nedbringe koncentrationen af dråber i luften og dermed forebygge smittespredning. Det gælder i

borgerens bolig, men særligt på fællesarealer. Luftskifte kan ske ved udluftning med gennemtræk eller ventilationssystemer.

Generelt anbefales, at man af hensyn til indeklimaet lufter ud med gennemtræk 2 x 5 minutter hver dag, med mindre der anvendes et ventilationssystem. I lokaler med mange personer i længere tid bør frekvensen øges, fx med gennemtræk i 5-10 minutter hver time.

5. Rengøring

På plejehjem og andre institutioner befinder der sig ofte mange beboere i fællesområder, hvilket kan øge risikoen for spredning af smitsomme sygdomme. Risikoen for kontaktsmitte er størst fra overflader, som mange personer rører ved, fx håndtag, gelændere, kontakter, trykknapper, tastaturer, armlæn, bordkanter, redskaber, vandhaner, toiletter osv. Derfor anbefales hyppig og grundig rengøring af kontaktpunkter.

Brug af værnemidler

Ved tæt kontakt i pleje- og omsorgssituationer hos personer, der har symptomer på luftvejsinfektion, og hvor der er risiko for sprøjt, stænk mv. fra host/nys bør der generelt anvendes værnemidler i form af handsker, plastforklæde/overtrækskittel, maske og øjenbeskyttelse.

Der bør altid anvendes værnemidler i form af handsker, overtrækskittel, maske og øjenbeskyttelse ved tæt kontakt i pleje- og omsorgssituationer ved mistanke om eller påvist covid-19, influenza eller RS-virus.

Når borgeren er symptomfri, fraset lette symptomer som "kriller" i halsen og let hoste, kan personalet undlade at anvende værnemidler idet borgeren ikke længere betragtes som smitsom.

De generelle smitteforebyggende forholdsregler anvendes herefter.

Håndtering ved symptomer på luftvejsinfektion hos borgere

Hvis en medarbejder konstaterer, at en beboer på plejehjem, botilbud og andre tilsvarende institutioner eller i hjemmeplejen har symptomer på luftvejsinfektion, bør der altid tages stilling til, om der er behov for vurdering af læge og evt. test for covid-19. Test for covid-19 udføres med henblik på evt. at iværksætte tidlig tabletbehandling, der kan nedsætte risikoen for alvorligt forløb, hvis den påbegyndes indenfor 5 dage efter symptomdebut.

Hvis der er mistanke om udbrud med covid-19 eller en anden smitsom sygdom (to eller flere borgere) på et plejehjem, botilbud eller lignende, bør institutionen vurdere, om der er behov for yderligere tiltag for at forebygge yderligere smittespredning.

Eksempler på yderligere tiltag ved udbrud af luftvejsinfektioner:

- Skærpet fokus på efterlevelse af smitteforebyggende anbefalinger og retningslinjer
- Skærpet fokus på test af personer med symptomer (evt. også for andre sygdomme end covid-19)
- Opfordre beboere, pårørende og personale til så vidt muligt at holde afstand til hinanden (1-2 m)
- Opfordre beboerne til at minimere kontakt med andre beboere
- Aflysning af fælles arrangementer, eller gennemførelse under skærpede hygiejniske forholdsregler

- Hvor det er muligt, anbefales det, at en fast gruppe medarbejdere tilknyttes afsnit/afdelinger med udbrud og ikke bevæger sig mellem disse og afsnit med raske.

Ved mistanke om covid-19 hos beboere på plejehjem og botilbud mv.

Hvis en medarbejder konstaterer, at en beboer på plejehjem, botilbud og andre tilsvarende institutioner har symptomer på covid-19, bør beboeren testes, hvis vedkommende er i risikogruppe for et alvorligt forløb med covid-19. Personalet skal observere beboerens tilstand.

Medarbejdere bør anvende værnemidler.

Personalet skal sikre følgende:

- Hvis der er behov for en klinisk vurdering, kontakter institutionen beboerens læge. Observationer af symptomer drøftes med lægen, der vurderer om der er behov for indlæggelse på hospital
- Hvis det vurderes, at der ikke er behov for en klinisk vurdering af egen læge, følges lokal procedure for test af beboeren for covid-19, PCR-test eller selvtest. PCR-test foretages hos egen læge.
- Hvis andre beboere udviser symptomer på covid-19, bør disse også testes, såfremt de er i øget risiko for et alvorligt forløb, med henblik på evt. iværksættelse af tidlig tabletbehandling. Der anbefales ikke test af beboere uden symptomer
- Medarbejdere som bliver syge, bør tage hjem. Der anbefales ikke test af medarbejdere, med mindre de er syge med symptomer på covid-19 og omfattet af Sundhedsstyrelsens testanbefaling for personer i øget risiko.

Ved negativt testresultat

Der bør være opmærksomhed på, at symptomer på luftvejsinfektion også kan skyldes andre sygdomme end covid-19. Testresultatet kan også være falsk negativt, dvs. at borgeren alligevel har covid-19.

Selvom test for covid-19 er negativ, skal man derfor stadig være særlig opmærksom på infektionshygiejniske forholdsregler.

Ved manglende bedring eller forværring bør der tages kontakt til læge med henblik på vurdering. Ved behov for fornyet test for covid-19 anbefales PCR-test.

Ved positivt testresultat (påvist covid-19)

Der tages kontakt til læge mhp. stillingtagen til tabletbehandling. Tabletbehandling skal igangsættes indenfor de første 5 dage efter infektion. Borgerens egen læge kan udskrive behandlingen eller henvise til relevant sygehusafdeling. Borgerens tilstand skal fortsat observeres med henblik på manglende bedring/forværring og fornyet behov for kontakt til læge.

Ved mistanke om covid-19 hos en borger i hjemmeplejen

Hvis en medarbejder konstaterer, at en borger har symptomer på covid-19, bør medarbejderen gå i dialog med borgeren for at afklare, om borgeren ønsker hjælp fra kommunen til det videre forløb.

Hvis det er tilfældet, henvender medarbejderen sig til sin leder eller vagthavende i det pågældende vagttag, der sikrer følgende:

- Såfremt der er behov for en klinisk vurdering, kontakter hjemmesygeplejen borgerens læge. Observationer af symptomer drøftes med lægen. Lægen kan på det grundlag henvise til test for covid-19 og vurderer, om der er behov for indlæggelse på hospital
- Såfremt der ikke er behov for klinisk vurdering, kan hjemmeplejen assistere borgeren ved udførelse af selvtest, hvis borgeren er i øget risiko for et alvorligt forløb med henblik på evt. iværksættelse af tidlig tabletbehandling

Der bør være opmærksomhed på, at symptomer på luftvejsinfektion også kan skyldes andre sygdomme end covid-19. Selvom test for covid-19 er negativ, vil der ofte stadig være behov for at være særlig opmærksom på infektionshygiejniske forholdsregler, herunder brug af værnemidler.

Forholdsregler på plejehjem, botilbud og hjemmepleje ved positivt testvar (påvist covid-19 hos borger)

I primærsektoren må borgere med smitsom sygdom ikke isoleres, som under indlæggelse på hospitalet. I stedet tages der forholdsregler, som overholdes fra symptomstart og indtil borgeren er symptomfri. De generelle smitteforebyggende forholdsregler anvendes herefter.

Borgeren

- Opfordres til at holde sig på stuen/hjemme
- Bør ikke deltage i øvrige fælles arrangementer
- Opfordres til håndvask.

Værnemidler

Ved pleje og behandling samt ved rengøring på stuen anvendes handsker og langærmet engangskittel over arbejdsdragten samt mundbind og øjenbeskyttelse.

Håndhygiejne

Hånddesinfektion foretages (min. 30 sek.) efter direkte kontakt med borgeren eller kontakthader.

Service

Borgeren må få serveret mad på almindeligt service
Snavset service håndteres med handsker på
Service kommes direkte i opvaskemaskine.

Rengøring på plejehjem og lignende institutioner

I udbrudsperioden foretages rengøring dagligt på de berørte stuer og toilet/bad.

Rengøring i hjemmet

I udbrudsperioden gøres rent som vanligt.

Tøjvask

Borgerens tøj vaskes separat fra de øvrige beboers tøj

Beboernes tøj vaskes ved min. 60° C

Sengetøj, håndklæder og lign. vaskes ved 90°

Tøjvask i fælles vaskemaskiner efterfølges af en tom vask på 90° C.

Ophævelse af forholdsregler

Når borgeren er symptomfri, fraset lette symptomer som "kriller" i halsen og let hoste, kan personalet undlade at anvende værnemidler idet borgeren ikke længere betragtes som smitsom.

De generelle smitteforebyggende forholdsregler anvendes herefter.

Rengøring på plejehjem og lignende institutioner

Ved ophævelse af forholdsregler skal stue, toilet og bad rengøres og kontaktpunkter desinficeres med Ethanolspirit (70-85 %).

Ved synlig forurening af dyne, pude m.m. vaskes disse.

Rengøring i hjemmet

Efter udbruddet bør stue, toilet og bad rengøres.

Litteraturreferencer

Vejledning om forebyggelse af smitte med ny coronavirus og andre luftvejsinfektioner på plejehjem, botilbud mv. og i hjemmeplejen, version 6, Sundhedsstyrelsen, d. 8. februar 2023 [Link](#)

Nationale infektionshygiejniske retningslinjer om supplerende forholdsregler ved infektioner og bærertilstand i sundhedssektoren. Statens Serum Institut, Central Enhed for Infektionshygiejne, 5.1 udgave 2019.