

## Information til dig, der har fået konstateret MRSA

Når du har MRSA, er der en række ting, du bør vide og gøre – både for at mindske risikoen for smitte og for at få optimal effekt af eventuel behandling.

### Hvordan smitter MRSA?

MRSA smitter først og fremmest ved tæt kontakt med andre mennesker, som er bærere af MRSA bakterien – det vil sige i din egen familie. Smitte sker hyppigst via hænderne eller ved kysse / kramme kontakt. Der vil således oftest være flere i en familie, der er smittet samtidig - og af samme grund anbefaler Sundhedsstyrelsen, at hele familien kommer i behandling samtidig. Hænder er den vigtigste smittevej for MRSA, det er dem, vi rører hinanden med, og dem vi spreder smitte med i miljøet, når vi rører ved ting. God og hyppig håndhygiejne er derfor den vigtigste måde til at forhindre smittespredning.

- God håndhygiejne er håndvask med sæbe samt at tørre hænderne med en-gangshåndklæde eller EGET håndklæde (hvert familiemedlem bør bruge sit eget håndklæde). Når hænderne er rene og tørre kan man eventuelt bruge hånddesinfektionsmiddel (håndsprit tilsat glycerol)- herved fjerner man MRSA bedst muligt.

Stafylokokker er meget hårdføre og kan overleve flere måneder på hudskæl, som findes i støv i fx sengetøj og på overflader.

Smitte fra omgivelserne kan således være en risiko, men risikoen for at blive smittet ved aktiviteter, som fx at gå i skole, gå på arbejde, gå i sportscenter / fitness / svømmehallen, eller når man er ude at handle, er minimal. Risikoen ved at være på besøg eller besøge andre mennesker er ligeledes minimal.

### Hvilken risiko er der ved at være bærer af stafylokokker

En rask person, der får påvist MRSA, har meget lille risiko for at blive alvorligt syg, men bakterien kan medføre generende betændelse eller bylder. Stafylokokker kan også give alvorlige infektioner som for eksempel infektioner i sår efter operationer og i sjældne tilfælde blodforgiftning.

### Behandling af MRSA infektioner

*Kan infektioner med MRSA behandles?* Ja, det kan de! MRSA kan behandles med specialantibiotika. Hvis du har en infektion med MRSA, afgør lægen, om du skal have behandling med antibiotikatabletter, eller om det kan klares uden, fx i form af sæbevask med klorhexidinsæbe 4% (tilsat glycerol).

Ved bylder kan det være nødvendigt at skære hul på huden, for at pusset kan komme ud. Dette skal altid gøres af en læge. Lad være med selv at forsøge at ”prikke hul” – du risikerer, at infektionen bliver værre, og at du spreder smitten.

Antibiotikatabletter og vask med klorhexidinsæbe/m. glycerol 4% i området, hvor infektionen er, fjerner ikke de MRSA bakterier, som findes andre steder på huden og i næsen. Når infektionen er lægt, skal du derfor også have behandling for bærertilstand.

### **Behandling af bærertilstand**

Hvis du er bærer af MRSA, kan bakterierne fjernes fra din hud og dine slimhinder, så du ikke risikerer at få infektion eller smitte andre mennesker.

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at bakterien fjernes med klorhexidinsæbe/m. glycerol 4% på kroppen og antibiotikasalve i næsen i 5 dage. Se [behandlingsvejledningen](#) på [Sundhedsstyrelsens hjemmeside](#).

Der vil oftest være flere i din familie (eller dem du bor sammen med), som også er smittede. Derfor anbefaler Sundhedsstyrelsen, at hele din familie behandles samtidigt.