

## Influenza A (H1N1)v Retningslinier for KPLL's personale

Træder i kraft mandag den 24.08.2009

Denne influenzatype blev tidligere benævnt svineinfluenza. Epidemien startede i foråret i Mexico. Efterhånden er der smittede i stort set hele verden, og den betegnes nu derfor som en pandemi. Det er også dette som kommer til udtryk i at beredskabet klassificeres som niveau 6. Denne niveaubetegnelse er alene udtryk for epidemiens udbredelse i verden og regler for sundhedsmyndighedernes håndtering af situationen, og har således ikke noget som helst at gøre med sygdommens sværhedsgrad.

Der er nu en begyndende epidemi i Danmark med denne influenzatype. Hvor omfattende denne epidemi bliver, kan man på nuværende tidspunkt kun gisne om.

De praktiserende læger har fået klare forholdsregler fra Sundhedsstyrelsen om håndtering af patienterne, og KPLL vil herudover tilskrive dem om situationen set med KPLL øjne.

Nedenstående forholdsregler tilsigter dels at reducere din egen risiko for at blive smittet og smitte andre, dels at sikre KPLL's produktion.

De anførte forholdsregler kan også med god effekt efterleves i den hjemlige hverdag, under transport og anden menneskelig omgang.

KPLL har nedsat en epidemigruppe, som består af laboratorieledelsens medlemmer og Jesper Clausager Madsen. Denne gruppe følger løbende udviklingen, og vil ved eventuelt behov ændre i disse retningslinier, hvis ændringer i situationen tilsiger det.

### 1) Smittemåde

Primært ved tæt kontakt - berøring, nys eller host. Smitten kommer fra syg til rask via dennes næse, mund eller øjne. Ud over direkte dråbesmitte ved nys eller host er det hyppigst via den syges inficerede hænder til den raske. Det kræver, at den raske efterfølgende berører sit eget ansigt.

Sikkerhedsafstanden for dråbesmitte er ca. 1,5 meter.

En mere sjælden smittemåde er via inficerede overflader - f.eks. bordplader, stikkontakter, telefoner o.l. som den syge har berørt med sine hænder. Virus kan overleve op til 2 døgn på sådanne overflader, specielt i fugtigt, varmt miljø.

### 2) Smitteperiode

Fra smitte til udbrud af sygdommen går der typisk 2 dage.

Man kan smitte fra 1 dag før til ca. 5 dage efter udbrud af sygdommen.

### 3) Symptomer

Pludselig høj feber > 38 grader, kulderystelser, muskelømhed, hovedpine, tør hoste og synkesmerter.

Den gennemsnitlige varighed af aktuelle infektion er 2 - 4 dage.

Mere langvarige alvorlige tilfælde er set med komplikationer specielt af lungebetændelseslignende tilstande. Indtil nu er disse komplikationer stort

set kun set hos patienter med kendte kroniske sygdomme som lungesygdom, hjertesygdom, immundefekter, sukkersyge og svært overvægtige BMI > 35. Gravide ( specielt i sidste del af graviditeten ) udgør en særlig risikogruppe, hvilket i øvrigt også er tilfældet ved de almindelige sæsoninfluenzaer.

#### 4) Er den farlig ?

Nej, den har i stort set alle tilfælde haft et fredeligt forløb med sygdom i ganske få dage.

Mere alvorligt forløb, og de få dødsfald på verdensplan er set hos i forvejen kronisk syge patienter.

Altså et forløb som altid ses ved de årlige mere eller mindre udtalte influenzaepidemier.

#### 5) Hygiejniske forholdsregler

På grund af smittemåden er den personlige håndhygiejne alfa og omega i at forhindre smitteudbredning.

Derfor skal hænderne afsprittes før og efter enhver patientkontakt. Der vil blive opstillet ekstra afsprittingsdispensere med "albuebetjening" på strategiske steder. Byforretninger vil blive udstyret med små "lommelærker" med sprit til at have i lommen.

Undgå håndkontakt med patienterne

Undgå at håndtere patientens ting som f.eks. sygesikringskort

Hvis du skal nyse/hoste brug da altid lommestørklæde eller kittelærme.

Disse bortskaffes i specielle affaldsbeholdere, som vil blive opstillet.

Skift kittel hvis du har anvendt ærmet som "lommestørklæde", ekstra kitler vil blive bestilt hjem.

Hvis du eller en patient har nyst eller hostet på en overflade, skal den afsprittes.

#### 6) Andre smittereducerende forholdsregler

Der vil blive etableret ekstra rengøring med afspritning af kontakter, dørhåndtag, trappegelændere o.l. Også torsdag aften i filialerne.

Kantinen:

Kantinen vil fungere normalt, men undgå at spise og sidde tæt sammen alle sammen på samme tid - også i filialerne.

Det bliver afdelingslederens opgave at inddele personalet i hold, så alle ikke spiser på samme tid.

Der skal foretages hånddesinfektion med afspritning inden man går ind i kantinen. Der opstilles afsprittingsdispensere ved indgangene til kantinen.

Dette vil også blive tilfældet i filialernes personalerum.

Kantinen i Pilestræde vil være lukket for adgang for at blive desinficeret og udluftet i perioden mellem de to "spisetider" som bliver morgen kl. 08.15 - 09.15 og 09.30 - 10.00. frokost kl. 11.00 - 12.00 og 12.30 -13.30 .

Sørg for hyppig udluftning af arbejdslokalerne.

Der vil blive opstillet maskeautomater ved nummerautomaterne, så patienter, der hoster eller nyser kan tage maske for næse og mund. OBS! Vi kan ikke tvinge, men kun opfordre til at bruge disse.  
Mødeaktivitet (tæt kontakt) bør reduceres mest muligt.  
Den daglige omgang på arbejdspladsen kan naturligvis ikke afskaffes, men tænk smittereducerende i alle dine gøremål.

## 7) Værnemidler

Patienter mistænkt for influenza må lægerne ikke sende til KPLL, så der burde ikke komme sådanne patienter. Heller ikke i byforretninger.  
Det der kan ske er, at patienterne kommer inden de har fået symptomer, og derfor ikke er mistænkt for at være syge. Det kan vi ikke gardere os imod, ligesom man ikke kan sikre sig mod det ude i samfundet i øvrigt.  
Blodprøvetagning regnes ikke for en nær kontakt, selvom man sidder tæt på hinanden. For at blive smittet skal der normalt en mere langvarig kontakt til - > 1 time.  
Selvom man derfor skulle blive udsat for en sådan patient er der ingen grund til at give antiviral profylakse bortset fra til de personaler som måtte tilhøre risikogrupperne - se punkt 3 - og først når det ved podning er sikret, at pt. faktisk har influenza. Skulle den situation opstå, kontaktes Jørn Badskjær eller Jesper Clausager Madsen.

## 8) Hvis du selv bliver syg ?

Får du selv symptomer på influenza - se ovenfor - skal du blive hjemme indtil du er rask. Dvs. til du har været feberfri et døgn.  
Du melder dig syg som sædvanlig, men vil blive bedt om at oplyse, om sygdommen drejer sig om influenzamistanke af hensyn til monitorering af virksomhedens "smittebyrde"  
Bliver du syg under arbejdet kontaktes afdelingslederen, som vil sørge for det videre fornødne. Undgå i dette tilfælde at gå rundt i virksomheden eller tage kontakt med andre.  
Hvis du i forbindelse med influenzasygdom har brug for lægehjælp kontaktes din egen læge eller vagtlæge.

## 9) Vaccination

Der er endnu ikke nogen tilgængelig vaccination. Man regner med at den kommer på markedet omkring 1. november. Det er Sundhedsstyrelsen, der udmelder, hvem der anbefales vaccineret. Heriblandt vil være udvalgte personer i sundhedssektoren. Hvem er endnu ikke udmeldt. Det er derefter Regionerne, der prioriterer blandt deres personale i disse grupper.  
KPLL har anmodet om, at få tildelt vacciner, men ved endnu ikke hvor meget vi vil blive tildelt.  
Der er i Danmark bestilt vaccine til vaccination af 1.5 millioner mennesker. Hvis personale i KPLL tilhører risikogrupperne - se under punkt 3 - tages kontakt med egen læge med henblik på vaccination.

## 10) Antiviral behandling - typisk Tamiflu

Anbefales kun til syge patienter med podningspositiv influenza, samt disses nære kontakter med risikofaktorer.

Det kan generelt ikke anbefales at tage Tamiflu profylaktisk.

Køb aldrig Tamiflu på internettet. Der florerer her masser af uvirksomme dyre piller i disse tider.

Vær også opmærksom på, at Tamiflu ikke virker helbredende, men alene i bedste fald kan afkorte sygdomsperioden med en dag eller to.

Behandlingen skal hvis indiceret påbegyndes senest 48 timer efter smitteeksposition.

#### Husk generelt

At det hele ikke er så slemt og farligt

At vi faktisk har influenza hvert år

At overholde de hygiejniske forholdsregler strikte

At indtænke smittereducerende adfærd hele tiden

At holde dig hjemme hvis du bliver syg

Jørn Badskjær

17-08-2009