

Vatsatautia tai antibioottiripulia sairastavan kotihoito-ohje

Tausta

Ripulitautia aiheuttavia viruksia ovat mm. norovirus ja rotavirus. Ne aiheuttavat nopeasti alkavan ja melko lyhytkestoisen taudin. Antibioottihoitoon liittyy *Clostridium difficile* –bakteerin aiheuttama ripulitauti. Antibiootit hävittävät suoliston bakteerikannan, jolloin *Clostridium*-bakteerin ylikasvu ja sen tuottama myrkky aiheuttavat ripulia, vatsakipua ja lämpöilyä. Muita ripulitautia aiheuttavia bakteereita ovat mm. *Salmonella*, *Kampylobakterit* ja *Yersinia*. Ripulia aiheuttavat virukset ja bakteerit voivat tarttua henkilöstä toiseen käsien välityksellä ja WC-pintojen, käsipyyhkeiden ym. välityksellä.

Hoito

Ripulitaudin hoitona on lepo ja riittävä nesteytys kuivumisen estämiseksi. Pienelle lapselle ja vanhuksille kuivuminen voi olla vaarallista ja tällöin on otettava yhteyttä lääkäriin, jos ripuloivan henkilön yleistila heikkenee. Antibioottiripulin hoitona on antibioottien lopetus, mikäli se on mahdollista. Tällöin on neuvoteltava hoitavan lääkärin kanssa. Toisinaan käytetään erityisesti *Clostridium*in tehoavia antibiootteja. Maitohappo- tai *Saccharomyces* -valmisteista saattaa olla hyötyä. Uusiutuviissa antibioottiripulitapauksissa kiinnitetään erityistä huomiota henkilöhygieniaan ja kodin siivoukseen, koska uusiutuvat tapaukset voivat olla seurausta siitä, että *Clostridium*-itiöt kulkeutuvat uudelleen ympäristöstä suolistoon.

Henkilökohtainen hygienia

Ripulin aikana tärkeää on estää ripulin aiheuttajien tarttuminen käsien tai kosketuspintojen välityksellä muihin henkilöihin. Kädet pestään aina WC:ssä käynnin jälkeen, ennen ruuanlaittoa ja ruokailua, sekä vaipan tai likapyykin käsittelyn ja siivouksen jälkeen. Kädet pestään haalealla vedellä ja saippualla ja kuivataan päivittäin vaihdettavaan henkilökohtaiseen käsipyyhkeeseen tai kertakäyttöiseen paperipyyhkeeseen. Vesi-saippuapesun lisäksi voidaan käyttää alkoholipitoista käsidesinfektioainetta, jota saa mm. apteekista.

Kodin siivous ja jätteiden käsittely

Eritetahrojen siivoukseen ja yleissiivoukseen käytetään tavanomaisia puhdistusaineita. Siivouksessa erityistä huomiota kiinnitetään tarttumapintoihin kuten ovenkahvoihin ja hanoihin. WC- ja pesutilan altaat, hanat, kosketuspinnat ja lattiat siivotaan päivittäin yleispesuaineella tai klooripitoisella puhdistusaineella. Pölyt pyyhitään ja imuroidaan usein pinnoilta, huonekaluista ja sängystä, koska ripulinaiheuttajat voivat elää pitkään kuivilla pinnoilla ja pölyssä. Siivouksen jälkeen kädet pestään saippuavesipesulla.

Muut perheenjäsenet

Tartuntojen syntymistä ehkäisee hyvän käsihygienian noudattaminen. Kädet pestään huolellisesti vedellä ja saippualla WC-käynnin jälkeen ja ennen ruokailun aloittamista. Vanhemmat huolehtivat pienten lasten käsien pesusta.

Kotipalvelu ja –sairaanhoito

Potilasta koskettaessa käytetään suojakäsineitä, kertakäyttöistä suojatakkia ja suunenäsuojusta. Siivottaessa käytetään suojakäsineitä, kertakäyttöistä esiliinaa ja suunenäsuojusta. Eri tehtävien välillä kädet pestään huolellisesti saippuapesulla, kuivataan kertakäyttöisellä paperipyyhkeellä ja desinfioidaan.

Jätteiden käsittely

Eritteillä tahriintuneet vaatteet ja vuodevaatteet pestään mahdollisimman nopeasti. Pesu voidaan tehdä normaaleissa tekstiilin suosituslämpötiloissa. Likapyykin käsittelyn jälkeen kädet pestään saippuavesipesulla. Tahriintuneet vaipat suljetaan välittömästi roskapussiin ja viedään heti kotitalousjätteisiin. Jätteiden käsittelyn jälkeen kädet pestään saippuavesipesulla.

Työ ja päivähoito

Koska henkilö voi erittää ripulinaiheuttajia ulosteeseen jonkin aikaa vielä oireiden loputtuakin, vatsatautia sairastaneen tulee olla oireeton 48 tuntia ennen työhön, kouluun, päivähoitoon sekä hoito- ja riskityöhön (ravintohuolto, keskola, vesihuolto yms.) palaamista. Jos ripulitautia sairastava työskentelee elintarviketyössä, vesijakelussa, maidonkäsittelytyössä tai vastasyntyneiden osastolla, tulee ottaa yhteyttä työterveyshuoltoon.