

# Smittnytt Sörmland



## Innehåll:

### Smittskydd

- Vintersäsongen 2025-2026 – influensa, RS-virus och Covid-19
- Nya rekommendationer om TBE-vaccination

### Vårdhygien

- Vårdhygienisk egenkontroll
- Handhygiendagen 2026

### STI, hiv och SRHR

- SRHR2024, en nationell undersökning om sexuell och reproduktiv hälsa
- Avgiftsfri diplomutbildning i att samtala om sexuell hälsa för primärvård

### Sommartips!

## Smittskydd

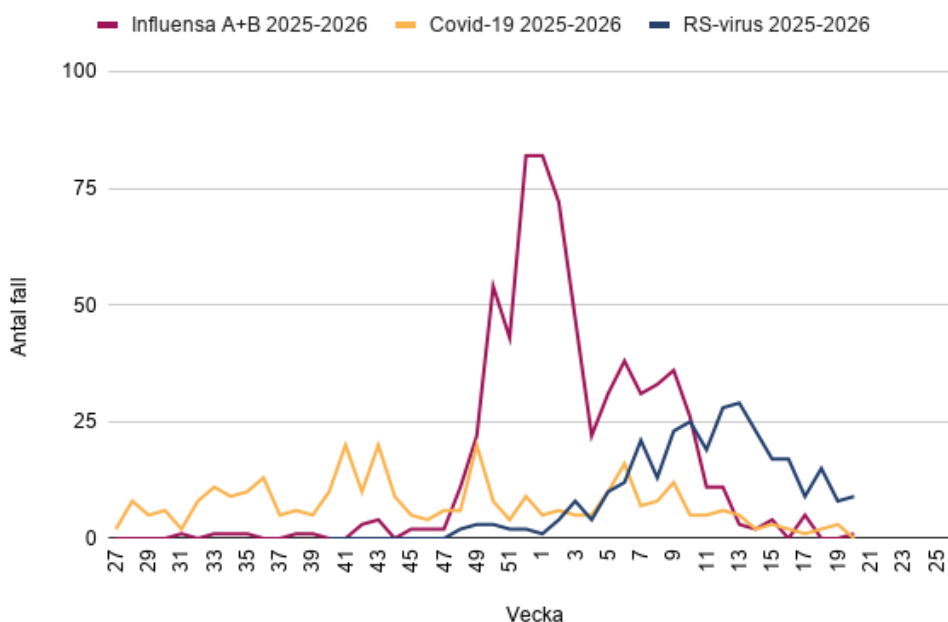
### Vintersäsongen 2025–2026 – influensa, RS-virus och covid-19

Säsongen för influensa och RS-virus är nu avslutad. Influensan hade en medelhög smittspridning med en tidig topp kring jul och nyår och fortsatt spridning under januari–februari. Mönstret var likartat både regionalt och nationellt och påminde om säsongen för två år sedan.

Covid-19 hade en låg smittspridning under hela vinterhalvåret. Influensa orsakade därmed en större sjukdomsburda än covid-19 denna säsong.

RS-virus säsongen liknade föregående säsong, men med en tydlig minskning av fall och allvarlig sjukdom hos barn under ett år, särskilt hos spädbarn under sex månader. Detta bedöms bero på införandet av förebyggande antikroppsbehandling till nyfödda, vilket tycks ha haft god effekt.

Vaccinationstäckningen mot influensa i åldersgruppen 65 år och äldre i Sörmland var 67 procent, vilket är i nivå med riket.



## Nya rekommendationer om TBE-vaccination

Folkhälsomyndigheten har publicerat nya nationella rekommendationer för vaccination mot TBE.

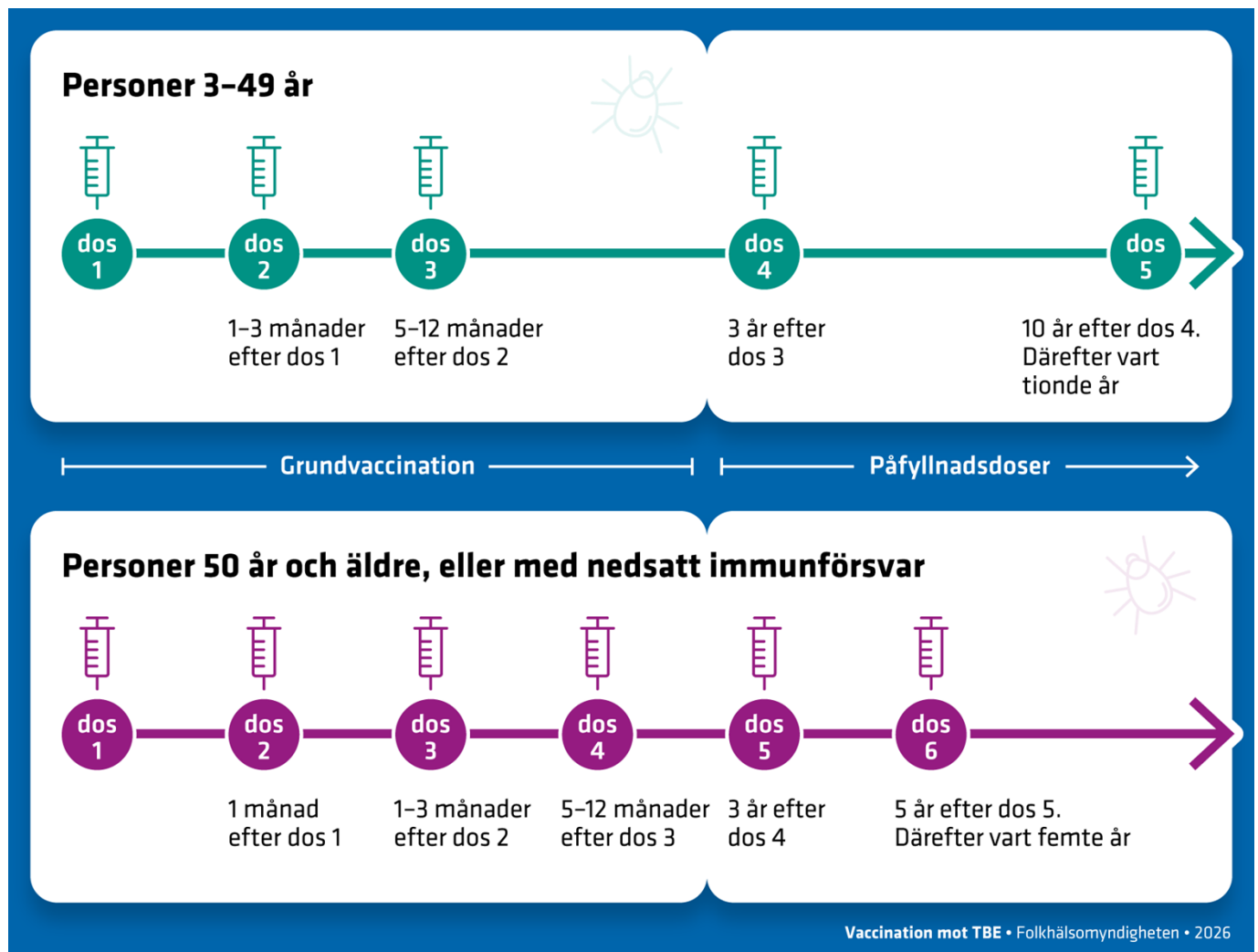
Vaccination rekommenderas till vuxna och barn från tre års ålder som riskerar fästingbett i områden med hög risk, samt till personer med nedsatt immunförsvar i något vidare geografiskt område. Sörmland tillhör de områden i landet där risken är hög, med den högsta beräknade incidensen av TBE bland ovaccinerade.

Vaccinationsschemat framgår av figuren. I korthet ges grundvaccination med tre doser upp till 49 års ålder och fyra doser från 50 års ålder eller vid nedsatt immunförsvar, följt av en första påfyllnadsdos efter tre år.

Därefter gäller:

- immunfriska personer som fått 4 doser före 50 års ålder: påfyllnadsdos vart 10:e år, även efter 50 års ålder
- övriga (inklusive immunnedsatta): påfyllnadsdos vart 5:e år

I Sörmland, där förekomsten av TBE är hög, är vaccination en viktig åtgärd för att förebygga sjukdom. Barn 3–19 år erbjuds kostnadsfri vaccination.



## Vårdhygien

### Vårdhygienisk egenkontroll (VEK)

*I höst införs vårdhygienisk egenkontroll i Region Sörmland. Den vårdhygieniska egenkontrollen är avsedd att användas som ett stöd för verksamhetens ledning att systematiskt kontrollera att vården bedrivs på ett sådant sätt att god vårdhygienisk kvalitet uppfylls – och att smittspridning och vårdrelaterade infektioner därmed förebyggs. Vårdhygienisk egenkontroll ska utföras årligen och vid eventuella brister som upptäcks ska en handlingsplan skapas och adekvata åtgärder vidtas.*

Vårdrelaterade infektioner utgör den vanligaste vårdskadan. De innebär ökade kostnader, förlängda vårdtider för vårdgivaren och onödigt lidande för den enskilde patienten. En stor del av de vårdrelaterade infektionerna är undvikbara. Att arbeta för att förebygga dem samt att förhindra smittspridning inom vård och omsorg är en viktig del av patientsäkerhetsarbetet.

Enligt Hälso- och sjukvårdslagen (2017:30) samt Ledningssystem för kvalitetsarbete (SOSFS 2011:9) ska vården vara av en god hygienisk standard och vårdgivaren ska bedriva egenkontroll och ha ett system för kvalitetssäkring och uppföljning. Som ett verktyg för att uppfylla detta införs i höst den vårdhygieniska egenkontrollen på alla enheter inom slutenvård, primärvård och kommunal vård i Sörmland.

Den vårdhygieniska egenkontrollen är ursprungligen framtagen av Svensk Förening för Vårdhygien (SFVH). I Sörmland utgörs den av en checklista i Synergi som tar ca 30 min att besvara.

Frågorna är uppdelade i fem olika sektioner:

1. Övergripande aspekter.
2. Basala hygienrutiner och klädregler.
3. Lokaler, städning och rengöring.
4. Rutiner, dokumentation och information samt.
5. Vårdhygieniska krav på rumstyper.

Det finns en version för slutenvård med tillhörande mottagningar, primärvård respektive kommunal vård. Vid eventuella uppmärksammade brister ska en handlingsplan upprättas och adekvata åtgärder vidtas. Verksamhetschefen ansvarar för att det finns en rutin i verksamheten så att den vårdhygieniska egenkontrollen utförs och följs upp.

Själva checklistan besvaras lämpligen av enhetschef tillsammans med hygienombud. Vid behov av stöd eller hjälp kring genomförande av VEK eller upprättande av handlingsplan kan Vårdhygien kontaktas.

**Den vårdhygieniska egenkontrollen kommer att genomföras under vecka 39–42. Vårdhygien kommer att erbjuda Teammöten för genomgång av VEK och svar på eventuella frågor riktade till chefer och hygienombud i mitten av september.**

### Handhygiendagen 2026

#### Rena händer räddar liv – Agera nu

Den 5 maj uppmärksammades den internationella handhygiendagen – en dag som påminner oss om att något så enkelt som god handhygien gör stor skillnad varje dag i vården. Årets tema från WHO är ”Action Saves Lives – Clean Your Hands”.

Varje dag möter vårdens medarbetare patienter i situationer där rätt handhygien kan vara avgörande. Vi vet att handhygien är en av de mest effektiva åtgärderna för att bryta smittvägar och förebygga vårdrelaterade infektioner. Samtidigt visar forskning och erfarenhet att upp till 50 procent av alla vårdrelaterade infektioner kan förebyggas.

Det handlar sällan om avancerade insatser eller ny kunskap – utan om att konsekvent göra det vi redan vet fungerar. Varje gång. I varje möte.

WHO lyfter fram att vårdrelaterade infektioner påverkar patienter världen över varje dag. De orsakar lidande, bidrar till antibiotikaresistens och leder till ökade kostnader för vården. Därför är god följsamhet

till basala hygienrutiner och klädregler en av de viktigaste och mest kostnadseffektiva åtgärderna vi har. En liten handling kan få stor betydelse – både för patienternas säkerhet och för arbetsmiljön.

### Film som väcker igenkänning och reflektion

För att uppmärksamma årets handhygiendag har Vårdhygien Sörmland tagit fram en film med ett lättsamt tilltal och ett viktigt budskap. Filmen vill påminna om betydelsen av god handhygien och följsamhet till klädregler, samtidigt som den skapar igenkänning och öppnar upp för reflektion och samtal i verksamheterna. Filmen kan med fördel användas på en arbetsplatsträff eller som ett gemensamt diskussionsunderlag i arbetsgruppen.

På [Handhygiendagen 5 maj - Samverkanswebben](#) finns mer information om handhygiendagen samt årets film.

---

## STI, hiv och SRHR

### SRHR2024 – en nationell undersökning om sexuell och reproduktiv hälsa

Folkhälsomyndigheten presenterar den 3 juni resultaten från SRHR2024, en nationell undersökning om sexuell och reproduktiv hälsa. Anmälan till deltagande (plats eller digitalt) görs senast 2 juni kl. 12.00 via Folkhälsomyndigheten på följande länkar:

- Anmäl dig för att delta på plats: [Anmälan till lansering av SRHR2024: Deltagare – fysiskt](#)
- Anmäl dig för att delta digitalt: [Anmälan till lansering av SRHR2024: Deltagare – digitalt](#)

### Avgiftsfri diplomutbildning i att samtal om sexuell hälsa för primärvård

Välkommen till Karolinska Institutets diplomutbildning om sexuell hälsa i primärvården för läkare och sjuksköterskor i Region Sörmland. Utbildningen ger praktiska verktyg för samtal, anamnes och inkluderande bemötande i patientmöten. Anmälningslänk:

<https://link.webropolsurveys.com/EP/D7994B5744C87775>

---

## Kontakta oss på Smittskydd/Vårdhygien:

### Smittskydd

Tel: 016-10 35 85, knappval 1

E-post: [smittskydd@regionsormland.se](mailto:smittskydd@regionsormland.se)

### Vårdhygien

Tel: 016-10 35 85, knappval 2

E-post: [vardhygien@regionsormland.se](mailto:vardhygien@regionsormland.se)

Malin Enarsson, Smittskyddsläkare och verksamhetschef

Tel: 016-10 51 49 / 070-234 28 20

Kajsa Saleem, Samordnare för sexuell hälsa och rättigheter, hiv och STI

E-post: [kajsa.saleem@regionsormland.se](mailto:kajsa.saleem@regionsormland.se)

## Sommartips!

### Tvätta händerna – ett enkelt sätt att hålla sig frisk

- Tvätta händerna innan du börjar laga mat och innan du ska äta.
- Tvätta händerna efter toalettbesök.
- Tvätta händerna efter att du har varit i kontakt med rått kött och fågel, jord, djur eller djurens närmiljö.
- Hjälp barn att tvätta sina händer.
- Tvätta händerna med flytande tvål och vatten. Om det saknas, kan du använda våtservetter eller handsprit (eller motsvarande handdesinfektionsmedel).

### Grilla smart

- Förvara kylvaror kallt så länge som möjligt.
- Tina köttet innan grillning – Annars riskerar du att det inte blir genomstekt.
- Använd inte samma marinad till det råa köttet som till den färdiggrillade maten.
- Använd inte samma redskap och fat till det råa köttet som till den färdiggrillade maten.
- Tvätta händerna! Rena händer är viktigt när du hanterar mat.

Läs mer på Livsmedelsverkets hemsida – *Grilla säkert och njut av maten* [www.livsmedelsverket.se](http://www.livsmedelsverket.se)

### Besök på gårdar med djur

- Ta del av hygieninformationen du får vid besöket.
- Tvätta händerna med tvål och vatten före och efter kontakt med djuren eller deras närmiljö.
- Hjälp barnen med handtvätten.
- Undvik att äta i djurens närmiljö och tvätta alltid händerna innan du eventuellt äter vid besöket.
- Håll uppsikt över barn och andra personer som kan ha svårt att ta till sig hygienråd.
- Drick bara mjölk om den är pastöriserad.
- Bada inte i närheten av betesmarker där djur kan vistas i vattnet.

Läs mer på Jordbruksverkets hemsida – *Undvik smittor vid kontakt med djur och djurens miljö* [www.jordbruksverket.se](http://www.jordbruksverket.se)

### Vaccinationsskydd inför resan

- Hepatit A - rekommenderas för resor till Afrika, Syd- och Centralamerika, Oceanien, stora delar av Asien, länderna öster och söder om Medelhavet, samt vissa delar av Östeuropa.
- Mässling – rekommenderas för spädbarn och ovaccinerade vid utlandsresor, även inom Europa.
- TBE – rekommenderas alla från 3 år som vistas utomhus i naturen. Glöm inte påfyllningsdoser!

### Sjuk efter semesterresan

**Fråga alla som söker med infektionssymptom om de har varit ute och rest senaste månaderna.**

Mässling, malaria och andra, ovanliga smittsamma febersjukdomar kan alla börja med bara feber och ”influenzasymptom”. Avgörande är var exakt patienten har varit och hur länge sedan det var. Kontakta infektionsjour för diskussion så att rätt prov tas så snart som möjligt och att förebyggande åtgärder vidtas direkt.

### Multiresistenta bakterier (MRB)

**Att upptäcka bärarskap/infektion av MRB är viktigt för att förhindra spridning inom vård- och omsorg.**

Vård utanför Norden innebär en ökad risk för att drabbas av MRB. Därför ska patienter som vårdats utanför Norden inom de senaste 6 månaderna, när de söker vård, screenas för resistenta bakterier.

Prover som ska tas är MRSA, VRE ESBL<sub>carba</sub> och ESBL. Screenade patienter vårdas i eget rum med eget hygienutrymme i väntan på provsvar.

**Fler tips och information inför sommaren finns på Folkhälsomyndighetens hemsida.**

*Njut säkert av sommaren* – [www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)