



PRÍÐJUDAGUR 23. JÚLÍ 2019

Heilsa



Bryndis Sigurðardóttir smitsjúkdómalæknir segir að oftast séu ónæmar bakteríur ekki hættulegar heilbrigðum einstaklingum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Doktor.is

- Fræðsla
- Ráðgjöf
- Forvarnir



Handsprittun einföld vörn gegn bakteríum

Umræðan um ónæmi og fjölónæmi baktería gagnvart sýklalyfjum hefur oft verið áberandi í samfélaginu enda margir sem hræðast ógnina sem getur stafað af slíkum bakteríum. BBL-bakteríur eru stærsta ógnin. ➔2

Framhald af forsiðu ➔

Sólrún
Freyja Sen
solrunfreyja@frettabladid.is



MÓSA (meticillín-ónæmir Staphylococcus aureus), VRE (vankómýcín-ónæmir enterókokkar) og BBL (breiðvirkir betalaktamasa-myndandi) bakteríustofnar hafa þróað með sér ónæmi gegn ýmsum sýklalyfjum. Þó að oft sé talað um þessa stofna samtímis eru þeir mjög ólíkir, valda mismunandi sýkingum og mismunandi varúðarráðstafanir gerðar þegar þeir greinast hjá sjúklingum eða öðrum.

Þessar bakteríur eru oftast ekki hættulegar heilbrigðum einstaklingum. Hins vegar er óæskilegt að þær nái útbreiðslu á sjúkrahúsum, þar sem þær geta valdið sýkingum í ákveðnum sjúklingahópum. Hér á landi hafa þessir stofnar náð mismikilli fótfestu en almennt eru þeir miklu sjaldgæfari en annars staðar í heiminum. Það má segja að Ísland og heilbrigðiskerfið hér sé í ákveðinni sérstöðu hvað þad varðar.

En hvers vegna hefur heilbrigðisstarfsfólk áhyggjur af dreifingu þessara bakteríutegunda? Bryndís Sigurðardóttir smitsjúkdómalæknir segir það vera mikilvægt að bera ekki ónæmar bakteríur og bakteríur almennt til sjúklinga á sjúkrahúsum sem geta til dæmis verið á ónæmisbælandi meðferð vegna igræðslna, lyfjameðferðar, með æðaleggi eða opin sár. Þá séu líkur á að sjúklingar fái sýkingar sem geta verið miserfiðar í meðhöndlun. Í heiminum er útbreiðsla BBL-bakteríutegunda langstærsta ógnin af ónæmum bakteríutegundum vegna þess að þær geta verið alónæmar og þá virka fæst sýklalyf á þau. Hér á eftir er greint nánar frá þremur stofnum ónæmra bakteríutegunda.

Ónæmar ristilbakteríur

Þarmaflóra manna inniheldur milljónir baktería, þar á meðal gram-neikvæðar bakteríur. Til dæmis eru E. coli gram-neikvæðar bakteríur. Fæstar E. coli-bakteríutegundir valda skaða en sumar



Sjúklingar eru hvattir til að spyrja heilbrigðisstarfsfólk hvort það hafi hreinsað hendurnar með handspritti. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Þetta er mikilvægasta, einfaldasta og áhrifamesta leiðin til að koma í veg fyrir dreifingu sýkinga innan heilbrigðiskerfisins.

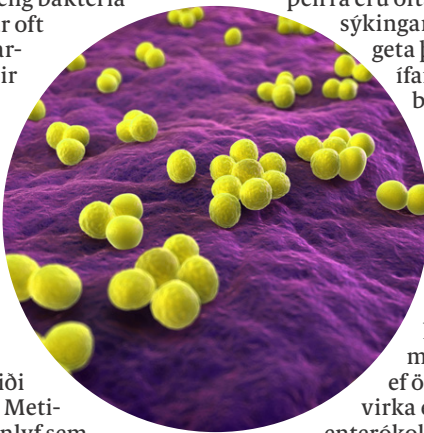
geta valdið alvarlegri matareitrun. BBL eru oftast ristilbakteríur sem hafa fengið ónæmisgen þannig að ýmis sýklalyf verka ekki á þær. BBL valda þvagfærasýkingum, spítalalungnabólgu, blóðsýkingum og kviðarholssýkingum. Útbreiðsla BBL hefur verið mikil í löndum Suður-Evrópu og víða annars staðar í heiminum, sérstaklega í Indlandi og annars staðar í Asíu. Sumar af þessum bakteríum eru al-ónæmar, sem þýðir að fæst sýklalyf virka á þær. Útbreiðslan er



talín tengjast einna helst ofnotkun breiðvirkra sýklalyfja í heiminum. Því þurfi að nota sýklalyf á ábyrgari og viðurkenndan hátt, nota sem þröngvirkust lyf og í sem skemmstan tíma. Hér á Íslandi hefur sýklun BBL-baktería aukist á síðustu árum.

MÓSA valda minniháttar húðsýkingum

S. aureus er algeng baktería á húð. Hún situr oft í nös, handarkrikum og undir fellingum án þess að valda skaða. Þessi baktería getur valdið alvarlegum sýkingum í húð og blóði, ef hún kemst inn í líkamann og dreifist þannig í bein, liði og hjartalokur. Meticillín er pensilínlyf sem virkar á S. aureus en var tekið af markaði fyrir um þrjátíu árum vegna aukaverkana. Önnur lyf eru notuð í staðinn en bakterían hefur myndað ónæmi gegn meticillíni og skyldum lyfjum. Útbreiðsla hennar nær um allan heiminn. Sú afleiða er þekkt sem MÓSA. Algengustu sýkingarnar geta ekki talist alvarlegar en það eru endurteknar minniháttar húðsýkingar. Stundum er reynt að uppræta MÓSA-sýklun, til dæmis



hjá heilbrigðisstarfsfólki sem ber bakteríuna á húð, en það hefur gefist misvel.

VRE-sýklun oftast hjá ónæmisbældum

VRE er enterókokkar sem eru ónæmir fyrir sýklalyfinu vankómýcín. Enterókokkar eru hluti af eðlilegri ristilflóru í mönnum, algengustu sýkingarnar af völdum þeirra eru oftast þvagfærasýkingar. Enterókokkar geta þó líka valdið ifarandi nýrna- og blóðsýkingum sem geta svo valdið sýkingum á hjartalokum og í kviðarholi í kjölfar ýmissa aðgerða. Sýklalyfið vankómýcín er notað ef önnur sýklalyf virka ekki, en sumir enterókokkar hafa fengið ákveðna genabreytingu sem gerir það að verkum að vankómýcín virkar ekki heldur. VRE-sýklun finnst aðallega hjá einstaklingum sem hafa verið lengi á sjúkrahúsi á sýklalyfjum, eru ónæmisbældir og hafa ef til vill farið í margar eða flóknar aðgerðir. Til eru önnur sýklalyf sem verka á VRE. Sýkingar af völdum VRE eru oftast einkenni langvinnra veikinda. Bæði sýklun og sýkingar eru fátíðar hér á landi.

Útbreiðsla BBL-bakteríutegunda er langstærsta ógnin af ónæmum bakteríutegundum. NORDICPHOTOS/GETTY

Átak í handhreinsun á Landspítalanum

Bryndís segir að ónæmar bakteríur séu almennt séð tiltölulega sjaldgæfar hér á Íslandi miðað við annars staðar í heiminum. Ferðamenn geta borið þessar bakteríur með sér, eins geta Íslendingar „sýklast“ á ferðalögum erlendis og borið ónæmar bakteríur í ristilflóru í marga mánuði eftir dvöl erlendis. Þegar sjúklingar eru fluttir frá sjúkrahúsum erlendis á til dæmis Landspítalann er alltaf skimað fyrir tilvist þessara bakteríutegunda. Ef þær finnast er viðkomandi sjúklingur hafður í einangrun á spítalanum til að koma í veg fyrir víðari útbreiðslu. Hins vegar er ekki almennt talin ástæða fyrir fólk að haga sér eitthvað öðruvísi utan spítalans. Mikilvægasta vörn heilbrigðisstarfsfólks er notkun handspritts reglulega og á milli allra samskipta við sjúklinga. „Þetta er mikilvægasta, einfaldasta og áhrifamesta leiðin til að koma í veg fyrir dreifingu sýkinga innan heilbrigðiskerfisins. Þá erum við að tala um dreifingu baktería milli sjúklinga í gegnum heilbrigðisstarfsfólk.“ A Landspítalanum er átak í gangi þar sem sjúklingar eru hvattir til að spyrja heilbrigðisstarfsmenn sem annast þá hvort þeir hafi hreinsað hendurnar. „Aðalatriðið er að handhreinsun er ódýr, einföld og áhrifarík leið til að koma í veg fyrir að heilbrigðisstarfsfólk dreifi sýkingum,“ segir Bryndís.

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundin ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: Ábyrgðarmaður: Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Atli Bergmann, atli@frettabladid.is, s. 550 5657, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 550 5653, Torg ehf Kristín Þorsteinsdóttir, kristin@frettabladid.is, s. 550 5654, Benedikt Bóas Hinriksson, benediktboas@frettabladid.is, s. 550 5763, Ásta Eir Árnadóttir, astaeir@frettabladid.is, s. 550 5764, Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762, Sólrún Freyja Sen, solrunfreyja@frettabladid.is, s. 550 5765, Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

NÝ SENDING & ENN MEIRI ÚTSALA

Tískan

Skippholti 21 | Sími 551 0770
www.tiskan.is

B/A/S/L/E/R MaxMara BRAX

Bílar & Farartæki

SUZUKI

SUZUMAR gúmmibátar. Uppblásnir slöngubátar með algólfi og mikla burðargetu. Til í stærðum frá 2,9m - 4,2m. Verð frá 255.000.- kr.

SUZUKI
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 568 5100
suzukisport@suzuki.is
Suzuki.is

KRÓKUR

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bilauppbod - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

Húsbílar

Til sölu Ford 450 húsbíll árg. 2008, ekinn aðeins 19 þús km. Glæsilegur bíll uppl. hjá Bílasölu á Akranesi 431-2622

Hjólhýsi

HJÓLHÝSADRIF MOVER.
Kronings mover 18501 HD, góður fyrir 2,5 tonn. Tilboðsverð 169.000 kr, aðeins á meðan birgðir endast.

Upplýsingar hjá kriben@simnet.is eða sími 863-4449

HJÓLHÝSI.COM
Trigano uppblásin fortjöld á frábæru tilboðsverði.

Bali XL Verð: 125.000 kr.
Lima 300 Verð: 129.000 kr.
Lima410 Verð: 159.000 kr.

Innifalið í verði þakklæðning, gólfteppi, svuntur, pumpa, stangir, hælur og taska.

Takmarkað magn eftir!

Nú fer hver að verða síðastur að næla sér í tjald.

Bæjarhraun 24
Sími: 8634449
Netfang: www.hjolphysi.com

HJÓLHÝSI.COM
Stórglæsilegt nýtt Hobby Landhaus til sölu

Einstakt hús með:
Aldi hitun
Tveimur rafgeymum
Sólarsellum
12V Rafgeymum
Sturta
Salerni
Ískápur
Útvarp
Sjónvarp

Húsið er til afgreiðslu strax.
<https://www.facebook.com/hjolphysi/>

Sími 8634449

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNINGAÞJÓNUSTA
Pípulagningameistari getur bætt við sig verkefnum á viðhaldi og viðgerðum. Uppl. í s. 778 1604.

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Garðyrkja

SMÁVÉLAVIÐGERÐIR

SLÁTTUVÉLAÞJÓNUSTA
Vélaverkstæði JS
Sími: 554 0661

Smávélaviðgerðir, Garðsláttuvélar, sláttuorð, sláttutraktorar, jarðvegspjöppur, dælur, kerrusmiði, Gokart þjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig úrval af notuðum sláttuvélum. Vélverk JS S. 554 0661. www.velaverkjs.is

Tek að mér slátt fyrir húsfélög og einstaklinga, klippingar og umhirðu á gördum. Uppl. í s. 616 1569.

Bókhald

Bókhald, VSK, laun, skattskýrslur og stofnun fyrirtækja. Fagleg vinnubrögð á sanngjörnu verði. Bókhald og þjónusta ehf. Sími 511 2930.

Bólstrun

Svampur.is

Þjóðum uppá sérsniðnar svampdýnur og bólstrun fyrir:

- Tjaldvagninn • Fellihsíð
- Húsbílinn • Bátinn
- Hjólhýsið • Sumarhúsið
- Heimilið o.m.fl!

Fljót og góð þjónusta

Svampur.is • Vagnhöfða 14 Reykjavík
Símar 567 9550 og 858 0321

STÖRF HJÁ GARÐABÆ

Garðaskóli

- Íþróttakennari vegna forfalla

Hofsstaðaskóli

- Skólaliði
- Stuðningsfulltrúi

Sjálandsskóli

- Stuðningsfulltrúar

Urriðaholtsskóli

- Leikskólakennarar
- Háskólamenntaðir leiðbeinendur

Leikskólinn Bæjarból

- Leikskólakennari

Leikskólinn Hæðarból

- Proskapjálfi eða starfsmaður með aðra uppeldismenntun

Heimili fatlaðs fólks

- Forstöðumaður – afleysing

Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Nánari upplýsingar má finna á ráðningarvef Garðabæjar <https://starf.gardabaer.is>.

GARÐABÆR
GARDATORGI 7 • SÍMI 525 8500 • GARDABAER.IS

Skipulagsstofnun

Mat á umhverfisáhrifum
Ákvörðun um matsskyldu

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að framkvæmdin

Niðurrif togarans Orlik í Njarðvíkurhöfn

skuli ekki háð mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106 /2000. Ákvörðunin liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Borgartúni 7b, Reykjavík og á vef stofnunarinnar www.skipulag.is. Ákvörðunina má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til **26. ágúst 2019**.

TIL SÖLU

Volvo 9500 hópbifreið til sölu

Mjög gott eintak af Volvo 9500 nýskráð 04.2012 ekinn aðeins 125 þús km. Farþegaþjóni 51+1+1 vel búin með kæli, afþreyingarkerfi,WC og þráðlausu hljóðkerfi.

Verð.18,9 millj + VSK
Upplýsingar í síma 892-1559

Vissir þú að...

Barnaheill
Save the Children á Íslandi

börn eiga rétt að leika sér

VANTAR ÞIG STARFSFÓLK?

Við útvegum hæfa starfskrafta í flestar greinar atvinnulífsins

Traust og fagleg starfsmannaveita
sem þjónað hefur íslenskum fyrirtækjum í áráraðir

Suðurlandsbraut 6, 108 Rvk | S. 419 9000 | info@handafl.is | handafl.is

HANDAFL
STARFSMAÐNAVEITA

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningabj. Mikæls. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsaviðhald

HÚSA - VIÐGERÐIR

NÝSMÍÐI-VIÐGERÐIR-VIÐHALD AÐ UTAN SEM INNAN

* STEYPU/MÚRVÍÐGERÐIR
* KLÆÐNINGAR : ÞÓK / VEGGI
* GLUGGAR/GLER
* INNRETTINGAR OG FL.

ÖRUGG OG FAGLEG ÞJÓNUSTA 30 ÁRA REYNSLA

TILBOÐ - TÍMAVINNA

UPPL. S : 8583300
serfagehf@gmail.com

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK
- FLOTUN - SANDSPARSL -
MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Húsnæði

Húsnæði í boði

Til leigu 10 fm herbergi frá 1. ágúst í Austurbænum. Frekari uppl. s: 862-7504

Atvinnuhúsnæði

FRÍSTUNDABÍL.

TIL LEIGU EÐA SÖLU 50 m2 bíl.

Lofthæð 4 m. Hurð 3,7 m.

Lager eða geymsla.

Leiga: 99 þús. Facebook: Steinhella 14. Sími: 661-6800

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS

Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m2. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

HVAR ENDA
ÞÍN ÁHRIF?

Akstur undir áhrifum vímuefna er aldrei réttlætanlegur. Ökum allsgáð.

Minningsgjóður Lovísu Hrundar | lovisahrund.is

Póstdreifing

við komum því til skila

PÓSTURINN
KEMST ENN
BETUR TIL
SKILA EF...

útiljósín eru kveikt, stéttin mokuð og póstkassarnir vel merktir.

www.postdreifing.is

LOFTVIFTUR
FYRIR KERFISLOFT
-einfaldar í uppsetningu



Við eigum
gott úrval
af loftviftum.
Kíktu við.

LOFTRÆSTIBÚÐIN Á SMÍÐJUVEGI 4A, GRÆN GATA



S:566 6000 • Smíðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur

Íshúsið



viftur.is