



Hópsýking á hálendi Suðurlands í ágúst 2024

Samantekt Heilbrigðiseftirlits Suðurlands

Samþykkt sem lokaskýrsla stýrihóps um rannsókn hópsýkingarinnar

Inngangur

Í byrjun ágúst 2024 bárust tilkynningar til heilbrigðiseftirlits Suðurlands vegna iðrasýkinga hjá einstaklingum sem gist höfðu á Rjúpnavegum. Strax var farið í eftirlitsferð á staðinn þar sem litið var eftir umgengni og hollustuháttum og vatnssýni tekið. Fljótlega varð ljóst að sýkingin var umfangsmeiri en fyrst var talið þar sem áfram bárust tilkynningar um veikindi frá fólki sem gist hafði á Rjúpnavegum ásamt sögum af einstaklingum sem veikt höfðu á öðrum gististöðum á Rangárvögum.

Flestir sem veiktust höfðu haft viðkomu að Áfangagili, Hólaskógi, Landmannahelli og Rjúpnavegum. Í lok ágúst fór svo að bera á veikindum á meðal gönguhópa á Laugaveginum á milli Landmannalauga og Þórsmörk og að lokum voru veikindi staðfest hjá einstaklingum sem höfðu gist í Álftavatni, Básum í Þórsmörk, Emstrum, Hrafninnuskeri, Hvanngili og Landmannalaugum.

Samráðshópur virkjaður

Þegar umfang sýkingarinnar varð ljóst var stýrihópur vegna hópsýkinga virkjaður samkvæmt [leiðbeiningum um rannsóknir á hópsýkingum](#) sem tengjast matvælum, neysluvatni eða dýrum. Alls voru haldnir fimm fundir stýrihóps á tímabilinu frá 13. ágúst til 29. ágúst sl. Þátttakendur voru fulltrúar frá Heilbrigðiseftirliti Suðurlands (HSL), Matvælastofnun (MAST), Matís, sóttvarnarlækni (SVL), umdæmislæknar sóttvarna á Suðurlandi og á höfuðborgarsvæðinu, Heilsugæsla höfuðborgarsvæðisins (HH), Heilbrigðisstofnun Suðurlands (HSU) og sýkla- og veirufræðideild Landspítalans (SVEID LSH).

Viðbragð

Um leið og grunur vaknaði um mengað neysluvatn gaf HSL út tilmæli til rekstraraðila Rjúpnavegum um að allt neysluvatn skyldi sjóða. Þeim tilmælum var síðan dreift til forsvarsmanna allra fjallaskála á Rangárvögum og á Laugaveginum þegar fór að bera á veikindum þar. Einnig fengu rekstraraðilar skála og rútufyrirtækja, sem starfa á umræddu svæði, nánari leiðbeiningar um þrif. Aðgerðastjórn á Suðurlandi var virkjuð þegar ferja þurfti hópa fólks af hálendinu vegna veikinda, þar á meðal hóp skólabarna. Neyðarlínan og hálendisvakt Landsbjargar var upplýst um ástand mála.

Sýnatökur

Heilbrigðiseftirlit Suðurlands tók sýni úr neysluvatni í eftirtöldum gistiskálum: Áfangagili, Álftavatni, Básum í Þórsmörk, Emstrum, Hólaskógi, Hrafninnuskeri, Hvanngili, Landmannahelli, Landmannalaugum og Rjúpnavegum. Í töflu 1 má sjá yfirlit yfir fjölda sýna sem voru tekin og fjölda sýna sem ekki stóðust gæðakröfur skv. [reglugerð nr. 536/2001](#) um neysluvatn. Að auki var tekið sýni af baðvatni við Landmannalaugar, sem stóðst gæðakröfur skv. [reglugerð nr.460/2015](#) um baðstaði í náttúrunni.

Hefðbundin neysluvatnsmæling er mæling á heildargerlafjölda við 22°C, kóligerlum og *E. coli* gerlum. Til að neysluvatnssýni standist kröfur reglugerðar nr. 536/2001 um neysluvatn mega hvorki greinast kólí- né *E. coli* gerlar í sýninu. Þessar örverur eru notaðar sem vísar fyrir mengun, þar sem of dýrt væri að framkvæma greiningu á öllum sýklum sem geta borist í neysluvatn. Kólígerlar í neysluvatni benda til þess um að mengun frá yfirborðsvatni sé til staðar. *E. coli* í neysluvatni benda til þess að vatn sé mengað af saugerlum sem finnast í saur blóðheitra dýra (og fólks).

Í neysluvatnssýnum frá Rjúpnavegum greindust bæði kólígerlar og *E. coli* gerlar, en í neysluvatnssýni frá Hrafninnuskeri greindust kólígerlar.

Eins og áður segir getur *E. coli* í neysluvatni verið vísbending um að vatnið innihaldi aðrar sjúkdómsvaldandi bakteríur eða veirur. Því voru vatnssýni frá Rjúpnaveiðum líka send til mælinga á nóróveiru (erlend rannsóknarstofa) og kampýlobakter. Að auki var eitt vatnssýni frá Landmannahelli sent til mælinga á nóróveiru en fyrri rannsóknir hafa sýnt að nóróveirur geta verið til staðar í neysluvatni án þess *E. coli* sé til staðar.

Tafla 1. Fjöldi neysluvatnssýna sem tekinn var á hverjum stað og fjöldi sýna sem stóðust ekki gæðakröfur skv. reglugerð 536/2001 um neysluvatn.

Gististaður	Fjöldi sýna	Fjöldi sýna sem ekki stóðust kröfur	Niðurstöður nóróveirumælinga	Tegund vatnsból
Áfangagil	2			Borhola
Álftavatn	3			Uppspretta/lindarvatn
Básar	1			Uppspretta/lindarvatn
Emstrur	1			Uppspretta/lindarvatn
Hólaskógur	1			Uppspretta/lindarvatn
Hrafninnusker	1	1		Uppspretta/lindarvatn
Hvangil	1			Uppspretta/lindarvatn
Landmannahellir	4		Nóróveira greindist ekki	Borhola
Landmannalaugar	2			Uppspretta/lindarvatn
Rjúpnaveiðir	11	6	Nóróveira greindist ekki	Borhola

Niðurstöður rannsókna á saursýnum frá fólki

Sýkla- og veirurannsóknir á saursýnum sem tekin voru frá einstaklingum sem höfðu veikst af uppköstum og/eða niðurgangi leiddu í ljós að orsakavaldur sýkingarinnar var nóróveirusmit. Af þrettán saursýnum frá veikum einstaklingum greindist nóróveira hjá ellefu. Bent skal á að einstaklingarnir tveir sem ekki greindust með nóróveirusmit voru þeir með þeim fyrstu sem veiktust og nokkur tími leið frá einkennum til sýnatöku. Skv. upplýsingum frá Heilsugæslu Höfuðborgarsvæðisins greindust aðrir einstaklingar sem ferðuðust í sama hópi með nóróveirusmit og hefur sýkingin því hugsanlega verið gengin yfir þegar sýni voru tekin.

Tafla 2. Fjöldi veikra og niðurstöður nóróveirumælinga hjá hópum sem tengdust málinu.

Staður	Fjöldi hópa	Hópar	Fjöldi veikir	Nóróveira
Rjúpnaveilir	>9	Göngu- og hestaferðir	>60	9 (af 11)
Emstrur	>3	Skólabörn, gönguferðir	25-50	2 (af 2)
Básar	>4	Erlendir ferðamenn	20-40	0 af 0

Upptök nóróveirusmits

Upptök þessara nóróveirusmita eru enn óljós þar sem ekki tókst að rekja smit til neysluvatns, matvæla eða umhverfispátta.

Algengt er að fólk smitist við neyslu matvæla sem eru menguð af nóróveiru eftir að sýktir einstaklingar hafa komið að matarundirbúningi. Veiran getur líka smitast beint manna á milli við snertingu og við uppköst getur smitið hugsanlega verið loftúðaborið. Veiran getur haldist í allt að tvær vikur á yfirborðsflötum, t.d. á hurðahúnum, borðbúnaði, handklæðum og öðrum snertiflötum og smit úr umhverfi er því hugsanlegt.

Neysluvatn getur mengast á ýmsan hátt ef ekki er hugað að staðsetningu og frágangi við vatnsból. Ekki er óalgengt að mengað yfirborðsvatn berst í vatnsból, oft í kjölfar mikillar úrkomu eða leysinga. Sýklar geta borist í vatnsból ef frágangur þeirra er lélegur og þá helst með yfirborðsvatni eða saur frá villtum fuglum og búfenaði. Sýklar geta einnig borist frá nærliggjandi rotþró eða úr lekum fráveiturörum í grunnvatn og með grunnvatnsstreymi í vatnsból.

Mikilvægt er að staðsetja vatnsból þannig að þau séu í öruggri fjarlægð frá mannvirkjum (rotþró) eða hvers konar starfsemi sem má ætla að geti spillt vatninu. Einnig verður að vanda frágang við vatnsból til að hindra að yfirborðsvatn berist í þau. Þó niðurstöður nóróveirumælinga í sýnum úr vatnsbólunum hafi verið neikvæðar er ekki hægt að fullyrða að nóróveirusmit hafi ekki verið til staðar áður eða geti komið fram síðar.

Hreinlæti og þrif

Nóróveirur eru mjög smitandi og geta dreifst hratt á milli manna í afmörkuðu rými. Þröng aðstaða í skálum getur skapað kjöraðstæður fyrir hópsýkingar og því skiptir máli að viðhalda góðu hreinlæti og þrifum til að koma í veg fyrir smit. Við eftirlit HSL kom í ljós að þrif voru alls staðar fullnægjandi en þegar upplýsingar bárust um veikindi á Laugarveginum voru ítarlegri upplýsingar um sótthreinsun á yfirborðsflötum með klórblöndu sendar til rekstraraðila.

Nokkuð algengt var að handklæði væru á sameiginlegum salernum í skálum. Voru þau strax fjarlægð og gerði HSL kröfur um að í staðinn kæmu einnota handþurrkur eða þvottastykki sem eru þvegin eftir hvern og einn notanda. Handklæði eru þekkt smitleið þar sem sýklar geta lifað lengi í röku efninu. Einnig er mikilvægt að allur þvottur sé þvegin við viðunandi aðstæður og á réttu hitastigi, þ.e. á 60-90°C. Þvottavatn sem er 30°C heitt nægir ekki til þess að drepa veirur í óhreinu líni og tuskum en í ljós kom að á einum stað var allur þvottur þvegin á 30°C.

Handþvottur með vatni og sápu er áhrifaríkasta leiðin til að koma í veg fyrir sýkingar. Ekki var aflað upplýsinga um það hvernig skálagestir eða aðrir hreinsuðu á sér hendur en handspritt eyðir ekki nóróveirum og ef gestir hafa treyst á það til handhrensunar aukast líkur á snertismiti umtalsvert.

Gagnrýni

Upp kom sú gagnrýni að samráðshópurinn hefði átt að vera virkjaður fyrr en það var ekki gert fyrr en sex dögum eftir að málið kom inn á borð HSL. Skv. rlg. 536/2001 skal tilkynna viðkomandi héraðslækni eða sóttvarnalækni jafnskjótt og orðið verður vart við hugsanlega smithættu. Að þessu sinni berst fyrsta tilkynning til HSL á miðvikudegi og þá er sýni strax tekið sem sent er til greiningar á fimmtudegi. Fyrstu bráðabirgðaniðurstöður berast á föstudegi sem eru staðfestar á laugardegi. Á sunnudegi vinnur HSL að málinu og á mánudegi er tilkynning send til sóttvarnalæknis. Fyrsti fundur samráðshópsins er svo á þriðjudegi, sex dögum eftir að málið berst til HSL.

Ekki er óalgengt að neysluvatnssýni standist ekki gæðakröfur reglugerða vegna *E. coli* eða kólígerla. Í þeim tilfellum er sýnataka endurtekin og viðeigandi ráðstafanir gerðar ef sýnin falla aftur. Algengara er þó að endurtektarsýni standist kröfur og er þá í þeim tilfellum um að ræða mengunarskot frá yfirborðsvatni og vatnsbólin hreinsa sig sjálf með tímanum.

Úrbætur

Farið hefur verið fram á við forsvarsmenn Rjúpnavalla að fundinn verði nýr staður fyrir vatnsból staðarins, við viðunandi aðstæður og í öruggri fjarlægð frá mannvirkjum eða hvers konar starfsemi sem ætla má að geti spillt vatninu.

Einnig hefur verið farið fram á að innleiddar verði verklagsreglur varðandi þrif á aðstöðu, búnaði og líni fjallaskála sem lágmarki líkindi á smiti milli einstaklinga, s.s. tíðum þvotti með sápu og vatni, og sóttthreinsun með klórvatni og/eða spritti. Þvottur sé ávallt þveginn á hæsta mögulega hitastigi, að minnsta kosti við 60 °C og þess sé tryggilega gætt að aðskilnaður sé á milli hreins og óhreins líns.

Ferðafélag Íslands hyggst bæta frágang í kringum vatnsból við Hrafninnusker.

Vangaveltur eru um hvort HSL ætti að uppfæra sínar verklagsreglur þegar *E. coli* og/eða kólígerlar greinast í neysluvatni þar sem verður gerður greinamunur á viðbragði eftir því hvort sýnataka sé vegna reglubundins eftirlits eða vegna gruns um sýkingar. Hefði slíkt verklag verið í gildi hefði sóttvarnalæknir mögulega verið látinn vita fyrr af grun um sýkingu og samráðshópur þá mögulega verið kallaður saman fyrr.

Lokaorð

Enn er óljóst hvaðan sýkingin kom og ekki vitað hvort um einn eða fleiri upprunastað sé að ræða. Má ætla að um samverkandi þætti hafi verið að ræða. Hvort sem uppruni sýkingarinnar sé frá vatnsbóli eða smituðum einstaklingi er ljóst að ástand innviða og mögulega slægur handþvottur og hreinlæti ferðamanna geta hafa stuðlað að mikilli útbreiðslu smita.

Sýkingin dreifðist yfir stórt svæði og er líklegt að mun fleiri hafi veikst en fjöldi tilkynninga gaf til kynna. Skráðir eru um 100 veikir einstaklingar en rannsóknir hafa sýnt að einungis lítill hluti þeirra sem veikist leitar til heilbrigðisþjónustu. Í umræddri hópsýkingu voru einnig margir erlendir ferðamenn sem fóru fljótlega af landi brott og engar frekari fregnir hafa borist af þeim.

HSL fór þrisvar sinnum í sýnatöku að Rjúpnavöllum. Þar var áhugavert að sýni féllu frá sýnatökustöðum sem höfðu staðist áður og sýni stóðust sem höfðu áður fallið. Skv. starfsmönnum og staðarhaldara hafði enginn starfsmanna veikst. Mikil úrkoma einkenndi sumarið 2024 sem eykur líkur á mengun vatnsbóla. Í tilfelli Rjúpnavalla er vatnsbólið illa staðsett í nálægð við rotprær sem eykur líkur á mengunaróhappi.

Neyðarlínan og hálendisvakt Landsbjargar voru upplýst um málið þar sem þessir aðilar hefja fyrsta viðbragð á hálendinu þegar kemur til veikinda og slysa. Einnig er mikilvægt að viðbragðsaðilar geti gert viðeigandi ráðstafanir til að koma í veg fyrir frekari dreifingu smita.

Hver svo sem orsökina var þá virtist sem svo að tekist hafi að komast fyrir dreifingu í lok ágúst. Engin ný tilfelli bárust inn á borð heilsugæslunnar eftir það.

Selfossi, nóvember 2024.

F.h. Heilbrigðiseftirlits Suðurlands,

Soffía Helga Valsdóttir og Rán Sturlaugsdóttir,

Heilbrigðisfulltrúar

Lesið yfir og samþykkt af stýrihópi sem var kallaður saman af sóttvarnalækni

Staðsetning rotþróar og vatnsbóls að Rjúpnaveillum



STARFSLEYFISSKILYRÐI FYRIR FJALLASKÁLA

Samræmd starfsleyfisskilyrði vegna hollustuhátta, sbr. lög nr. 7/1998
um hollustuhætti og mengunarvarnir, með síðari breytingum

1. ALMENN ÁKVÆÐI OG GILDISSVIÐ

1.1	Skilyrði þessi gilda um fjallaskála þar sem boðið er upp á gistingu gegn gjaldi.
1.2	Fjallaskálar eru gisting í herbergjum eða í svefnskálum staðsettum utan alfaraleiðar og almenningur hefur aðgang að, s.s. skálar fyrir ferðamenn og veiðiskálar.
1.3	Rekstraraðili ber ábyrgð á rekstri fyrirtækis að öllu leyti þar með talið að lögum og reglum, sem eiga við um starfsemina, sé fylgt sem og kröfum í starfsleyfi.
1.4	Ef um annan starfsleyfisskyldan rekstur er að ræða samhliða gilda viðeigandi starfsleyfisskilyrði.
	Uppfylli neysluvatn ekki ákvæði reglugerðar um neysluvatn skal upplýsa viðskiptavinum og gesti staðarins um það og leiðbeina um ráðstafanir til að tryggja öryggi þess.
1.6	Hundum, köttum eða öðrum dýrum má ekki hleypa inn í húsrýmið, undanskyldir eru hjálparhundar fatlaðra.

2. HÚSNÆÐI OG BÚNAÐUR

2.1	Húsnæði skal vera vel viðhaldið.
2.2	Gestir skulu hafa aðgang að viðunandi salernis- og snyrtiaðstöðu, sem samþykkt hefur verið af viðkomandi heilbrigðisnefnd.
2.3	Vatnskerfi skal vera þannig að ekki sé hætt á húðbruna almenns notanda. Uppfylla skal kröfur um öryggi vatns í samræmi við 14.5.10.gr byggingarreglugerðar.
2.4	Gólfefni og frágangur húsnæðis skal vera þannig að þrif séu auðveld.

3. HREINLÆTI OG ÞRIF

3.1.	Heilbrigðisnefnd getur gert kröfu um að skriflegar reglur um umgengni og þrif séu á staðnum. Allsherjarhreingerningu skal gera eftir þörfum.
------	--

3.2 Fara skal að ákvæðum laga um tóbaksvarnir, eftir því sem við á.

4. ÖRYGGI OG SLYSAVARNIR

4.1 Lyf og hættuleg efni skulu geymd þar sem börn ná ekki til.

5 UMHVERFISMÁL

5.1 Aðkoma og lóð skal vera hrein og snyrtileg og uppfylla almenn öryggissjónarmið.

5.2 Leitast skal við að draga úr sorpmyndun og flokka úrgang til endurvinnslu samkvæmt reglum viðkomandi sveitarfélags. Spilliefnum skal komið til viðurkenndra móttökustöðva.

5.3 Fara skal að ákvæðum reglugerðar um fráveitur og skólp eftir því sem við á.

Starfsleyfisskilyrðin eiga sér m.a. stoð í eftirfarandi lögum og reglugerðum með síðari breytingum:

- Lögum nr. 7/1998 um hollustuhætti og mengunarvarnir, m.s.br.
- Reglugerð um hollustuhætti nr. 903/2024.
- Reglugerð um meðhöndlun úrgangs nr. 803/2023.
- Reglugerð nr. 798/1999 um fráveitur og skólp, m.s.br.
- Efnalög nr. 61/2013 og reglugerðum sem á þeim byggja.
- Reglugerð um spilliefni nr. 806/199 breytt með reglugerð nr. 169/2002.
- Reglugerð nr. 1040/2016 um skrá yfir úrgang og mat á hættulegum eiginleikum úrgangs.
- Lögum nr. 6/2002 um tóbaksvarnir.
- Lögum nr. 93/1995 um matvæli.
- Reglugerð nr. 103/2010 um gildistöku reglugerðar Evrópuþingsins og ráðsins (EB) nr. 852/2004 um hollustuhætti sem varða matvæli.
- Reglugerð nr. 536/2001 um neysluvatn, m.s.br.
- Lögum nr. 85/2007 um veitingastaði, gististaði og skemmtanahald.
- Reglugerð nr. 1277/2016 um veitingastaði, gististaði og skemmtanahald.
- Reglugerð nr. 724/2008 um hávaða.
- Byggingarreglugerð nr. 112/2012 m.s.br.

Selfossi, xx. xx xxxx

f.h. Heilbrigðiseftirlits Suðurlands,

XXX,
heilbrigðisfulltrúi



Viðbrögð við Nóróveiru og öðrum magapestum

Nórórveira:

- Nóróveira getur smitast bæði með snertismíti og með matvælum.
- Munurinn á henni og öðrum veirum er að hún er harðgerðari utan líkama og því þarf að þrifa með veirudrepandi efnum til að losna við hana meðan almenn sóttþreinsiefni eins og spritt/alkóhól duga á flestar aðrar.
- Einnig er nóróveira bráðsmitandi þar sem mun minna magn af henni þarf til að smita en með margar aðrar veirur og smitaður einstaklingur dreifir miklu magni veira frá sér með niðurgangi/uppköstum sem geta borist um umhverfi.
- Ef grunur er um nóróveirusýkingu þarf að fara með sýni til greiningar nema læknir segi annað. Ef nóróveirusmit er staðfest þarf að grípa til frekari aðgerða.

Þrif/Sóttþreinsun

Þrif og sóttþreinsun með klór

- Blanda þarf nýja klórblöndur daglega.
- Mismunandi hlutfall klórblöndu er blandað þegar að almennir fletir eru þrifnir og þegar að yfirborð sem kann að koma í snertingu við matvæli er þrifið (fara skal eftir leiðbeiningum framleiðanda, sjá nánar hjá söluaðilum).
 - Merkja þarf spreibrúsa með mismunandi klórblöndum svo rétt blanda sé notuð á mismunandi fleti.
- Geyma þarf klórblöndu á yfirborði í ákveðinn tíma (sjá leiðbeiningar framleiðanda).
- Þrifa þarf klórþrifin flöt með volgu vatni eftir að klórblanda hefur verið á fleti í ákveðinn tíma.
- Passa þarf að loftræsa rými vel þegar verið er að þvo með klór.
- **Geymsluþol á óblönduðum klór.** Þegar að klórflaska hefur verið opnuð þá minnkar sóttþreinsigeta klórsins 50% eftir sex mánuði og 90% eftir ár. Það er því gott að skipta óblönduðum klór út á 30 daga fresti til að tryggja sóttþreinsigetu klórsins.

Hægt er að nálgast öryggisblöð frá framleiðanda þar sem klórinn er keyptur en þar er farið yfir viðbrögð ef slys af klór hendur því efnið er mjög ætandi.

- Hreinsa og sóttþreinsa mengað yfirborð til dæmis ef uppköst eða niðurgangur hafa farið í umhverfið. Þurrka upp með pappír og farga tryggilega, þvo yfir svæðið og sóttþreinsa síðan annað hvort með klórblöndu (blandað eftir leiðbeiningum framleiðanda) eða Virkon sóttþreinsisápu (blandað eftir leiðbeiningum framleiðanda) og skola með vatni á eftir.
- Fjarlægja þarf og þvo strax fatnað og rúmfatnað sem mengast hafa af uppköstum eða niðurgangi. Þvo hendur vel á eftir. Mengaða tauið er þvegið 65-90°C og þurrkað í þurrkara.
- Ef ekki er hægt að þvo strax þá er fatnaður og rúmfatnaður settur í plastpoka og lokað fyrir.
- Mælt er til þess að loka rýminu í einn dag og gera alþrif á húsnæði og þvo áhöld og annað yfirborð sem fólk er í snertingu við.
- Muna þarf eftir hlutum eins og handföngum.
- Einnig þurfa einstaklingar sem veikjast að vera heima í 48 klst eftir að einkenni eru hætt.



Allt miðar þetta af því að rjúfa smitleiðir.

- Líkaminn getur verið nokkrar vikur að skila út nóró veirunni því þarf að hafa sérstaka aðgát við bleyjuskipti í nokkurn tíma á eftir.
- Ekki er nóg að nota einnota hanska því þeir geta gefið falskt öryggi.
- **Handþvottur:** Þvo sér með sápu í 20 sekúndur, **Skrúbba hendur og undir neglur**, skola vel með volgu vatni og þurrka hendur **með einnota þurrkum**. Gott er að setja upp myndrænar leiðbeiningar við vaska til að minna á hvernig á að þvo hendur.
- Þvo þarf reglulega yfir daginn sameiginlega snertifleti (krana, klósett gólf, borð, handriði, síma, stóla, dýnur sem sofið er á, vegg, ljósrofa) og dót. Ekki gleyma veggjum í hæð barna.
- **Nota einnota þurrkur** bæði fyrir starfsmenn og gesti.
- **Starfsfólk með staðfest nóróveirusmit:**
 - **Starfsmaður almennt:** Þarf að vera heima í 48 klst eftir að einkenni eru hætt.
 - **Starfsmaður í eldhúsi:** Þarf að vera frá vinnu í 72 klst eftir að einkenni eru hætt áður en hann meðhöndlar mat.

Magapest sem er ekki nóróveira:

- Í magapest sem er ekki Nóróveira þá gildir það sama með handþvott og þrif en nota má venjulega sápu til að þrifa í stað klórs eða Virkon.
- Þrifa daglega sameiginlega snertifleti og auka þrif almennt.
- Einnig er gott að skipta út hlutum sem erfitt er að þrifa og geyma í þrjár vikur sem hluti af sóttvörn. Halda sig heima einkennalausum í 24 klst.

Þegar sjóða þarf neysluvatn

Þegar neysluvatnið er mengað af sjúkdómsvaldandi gerlum, veirum eða sníkjudýrum er nauðsynlegt að hreinsa allt vatn sem á að drekka eða nota við matargerð. Algengast er að sjóða neysluvatnið og gera þannig óvirka þá meinvalda, sem er að finna í vatninu. Ábending um að sjóða neysluvatn kemur oftast frá heilbrigðiseftirliti vegna gruns um eða að fenginni staðfestingu á að vatnið sé mengað.

Þegar gefin er út viðvörðun og notendum bent á að sjóða neysluvatn er rétt að hafa eftirfarandi í huga.



Að sjóða neysluvatn

Vatnið þarf að bullsjóða. Hraðsuðuketill bullsýður vanalega vatnið þegar hann slekkur á sér og það er nægilegt. Ef notaður er örbylgjuofn verður að ganga úr skugga um að vatnið bullsjóði.

Soðið vatn

Allt vatn sem drukkið er þarf að vera soðið. Einnig er nauðsynlegt að sjóða vatn sem nota á;

- við matargerð, s.s. til skolunar á matvælum, sem ekki á að hitameðhöndla þ.e. sjóða eða steikja
- til íblöndunar safe, annarra drykkja eða matvæla, sem neytt er án eldunar
- til kaffilögunar, ef kaffivélin sýður ekki vatnið við uppáhellinguna þarf að setja soðið vatn í hana
- til ísmolagerðar
- til tannburstunar
- til böðunar ungbarna
- til loftræstingar s.s. í rakatæki

Þessi listi er ekki tæmandi og verður hver og einn að meta það hvort hætta sé á ferðum sé vatnið notað ósoðið.

Ósoðið vatn

Nota má ósoðið vatn;

- til matargerðar s.s. til skolunar á matvælum, sem munu síðar vera elduð
- til uppþvotta í vél eða höndum og er þá leirtau þurrkað eða látið þorna fyrir notkun
- til handþvotta
- til baða, í baðkari eða sturtu en rétt að brýna fyrir börnum að drekka ekki vatnið
- til taupvotta
- til þrifa