



## Sýkingavarnir gegn mislingum

### Nokkur undirstöðuatriði

Viðkomandi einstaklingur/starfsmaður er varinn gegn smiti ef hann er bólusettur gegn mislingum (hafi fengið tvo skammta af MMR bóluefni) eða hafi fengið mislinga. Eindregið mælt með að allir heilbrigðisstarfsmenn séu bólusettir. Einnig eru allir eindregið hvattir til að láta bólusetja sig og börn sín gegn mislingum.

Á Íslandi er bólusetning gegn mislingum gerð frá 18 mánaða aldri en fram að 6 mánaða aldri verja mótefni frá móður. Ef óbólusett barn er útsett fyrir smiti er metið af læknum hvort eigi að flýta bólusetningunni sem er þó ekki hægt að gera fyrr en eftir 6 mánaða aldur. Því getur verið varhugavert að ferðast með óbólusett börn á svæði þ.s. aukin smithætta er af mislingum.

### Í heilbrigðisþjónustu

Á biðstofum heilbrigðisstofnana (BMT, heilsugæsla, læknastofur) á **alltaf** að huga að því að aðgreina þá sem eru með einkenni um öndunarferasmit frá öðrum og nota hlífðargrímur („skurðstofugrímur“), einkum á árstímum þar sem líklegt er að influensa, COVID-19, RSV eða önnur loftborin smit s.s. mislinga er að ræða. Veirugrímur FFP2 veita bestu verndina ef grunur leikur á að um mislinga geti verið að ræða. Hvetja til varúðar við hósta, góðrar handhreinsunar og loftræstingu.

Ávallt skal viðhafa [grundvallarvarúð gegn sýkingum](#)

Hafa tiltækar ráðstafanir og leiðbeiningar, hvað á að gera ef mislingatífelli greinist sem er fyrst og fremst einangrun í herbergi með sérhannaðri loftræstingu eða sérherbergi með góðum útloftunarmöguleikum út í andrúmsloftið.

### Mislingaveiran

Mislingaveiran er hjúpuð RNA veira og er flokkuð af ættkvíslinni Morbillivirus í Paramyxoviridae fjölskyldunni. Menn eru einu náttúrulegu hýslar mislingaveiru.

Veiran dreifist með úða/dropum frá öndunarvegi en hún getur haldist í loftinu í 2 klst (ef ekki er loftað út) eftir að smitaður einstaklingur hefur dvalist í rýminu og í 2 klst á næsta yfirborði þess veika.

### Sóttgreining

Veiran er ekki harðgerð og allar hefðbundnar sóttgreiningunaraðferðir virka á hana s.s. hiti og öll algeng sóttgreiningarefni. Mælt er með að lofta mjög vel út og þrifa umhverfi hins veika með sápuvatni og síðan með sóttgreiningarefni.

### Smitleiðir

Mislingaveiran er öndunarferaveira og sest að í slímhúð í munni, nefi og koki sýkts einstaklings og smitast þaðan með úða og dropum frá vitum þegar viðkomandi talar, hóstar eða hnerrar. Einstaklingur með mislinga er talinn **mjög smitandi** 4 dögum áður en útbrot koma fram og í 4 daga eftir að útbrot koma fram.

## Hlífðarbúnaður þegar grunur eða staðfest mislingatílfelli

- Þétt hlífðargríma (FFP 2) er aðal hlífðarbúnaðurinn og er ráðlagt að allir starfsmenn heilbrigðisþjónustu beri slíka grímu ef þeir dvelja í sama rými og einstaklingur með mislinga á meðan viðkomandi er smitandi.
- Ráðlagt er að einstaklingur með mislinga hafi hlífðargrímu FFP2 fyrir vitum til að draga úr dreifingu veira út í andrúmsloftið.
- Hlífðargleraugu fyrir þá sem sinna hinum veika í miklu návígi (í innan við 2 metra fjarlægð). Ekki þarf að vera með hlífðargleraugu þó farið sé inn í herbergi þ.s. einstaklingur með mislinga dvelur ef ekki þarf að vera nær honum en í ca 2 metra fjarlægð.
- Einnota hanskar við beina snertingu við hugsanlegt smitefni (vessa úr öndunarvegi, munnvatn) og vandaður handþvottur þegar hanskar eru teknir af. Handspritt.
- Sloppur er í sjálfu sér ekki nauðsynlegur nema ef mikið smitefni (slím úr öndunarfærum berst frá sjúklingi), einnig má nota einnota plastsvuntu.
- Ef einkenni sjúklings kalla á meiri hlífðarbúnað (t.d. niðurgangur) þarf að miða notkun hlífðarbúnaðar við það.

**Einstakar stofnanir geta sett sérstakar reglur um notkun hlífðarbúnaðar ef þeim þykir ástæða til.**