



Fakta om norovirus (roskildesygge)

Februar
2020

Hvad er norovirus?

Infektion med norovirus kaldes i daglig tale for *roskildesygge*. De vigtigste symptomer på norovirus er opkast og diarré.

Cirka hvert 3. registrerede fødevarerbårne sygdomsudbrud i Danmark skyldes norovirus. Det reelle tal er mange gange højere.

- Varmebehandling over 100 °C i 1 minut dræber norovirus.
- Norovirus er følsom overfor ultraviolet lys, fx sollys.
- Norovirus tåler udtørring og bliver ikke "dræbt" af håndsprit.

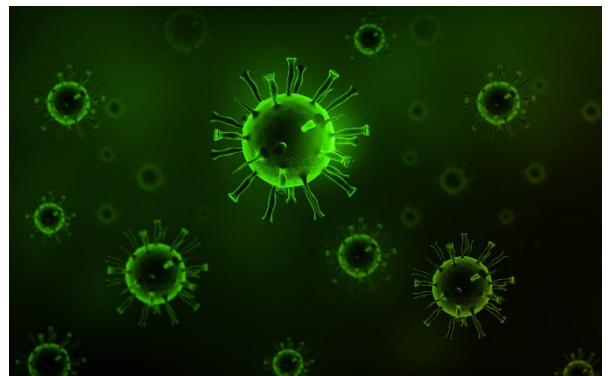
Norovirus formerer sig ikke i fødevarer, kun i tarmen på mennesker.

Grundig vask af hænder med vand og sæbe virker overfor norovirus

Det gør håndsprit ikke!

Hvordan smitter norovirus?

- Virus kan blive overført til fødevarer eller vand via opkast eller afføring fra mennesker eller ved person til person smitte.
- Norovirus smitter nemt: 1-10 viruspartikler er nok.
- En smittet person udskiller 10 milliarder virus partikler per gram fæces, også uden at have kliniske symptomer.
- De fleste sygdomsudbrud i Danmark skyldes en smittet køkkenmedarbejder, en rask smittebærer eller en køkkenmedarbejder med syge børn eller en syg ægtefælle.
- En smittet person udskiller virus i op til 12 timer, før symptomerne bryder ud, og mere end 48 timer efter, at symptomerne er stoppet.



Symptomer og smitte

- Inkubationstiden er ca. 24 til 48 timer.
- Voldsom opkast og diarré.
- Kvalme og mavekramper.
- Eventuelt hovedpine og feber.
- Varighed 12 – 60 timer.
- Op mod hver 3. får ikke kliniske symptomer, selvom de er smittet.
- Op mod hver 3. smittede går på arbejde med risiko for at smitte andre – uden at være klar over det.



Du kan smitte uden selv at være syg!

Fif til at undgå smitte med norovirus

- Bliv hjemme, hvis du har symptomer på norovirus.
- Vent med at gå på arbejde til du har været uden symptomer i mindst 48 timer.
- Vær omhyggelig med personlig hygiejne og vask af hænder. Effektiv vask af hænder er alfa og omega for at undgå norovirus. Vask hænder grundigt efter toiletbesøg, og når du skifter arbejdsfunktion. Læs mere om, hvordan du bør vaske hænder på www.fvst.dk.
- Hvis din familie eller samboende er syge med norovirus, skal du også være særlig omhyggelig med din personlige hygiejne og vask af hænder. Du kan nemlig være passiv smittebærer!
- Skift til arbejdsbeklædning når du møder ind på arbejde.
- Gør overflader, der kommer i kontakt med fødevarer, grundigt rene og desinficér.



Hvilke fødevarer kan være et problem?

- Nogle råvarer har en større risiko for norovirus end andre. Fx har rå østers, rå muslinger, grøn salat, spæde spinatblade samt frosne hindbær og jordbær været årsag til sygdom pga. norovirus. Det skal indgå i virksomhedens risikoanalyse. Vær opmærksom på at stille krav til leverandørerne om kvaliteten af råvarer.
- Hvis en smittet medarbejder fx tilbereder spiseklare fødevarer som sandwich, salater og smørrebrød, kan det udgøre en risiko for smitte.
- Fødevarer med særlig risiko kan varmebehandles til mindst 100°C i mindst 1 minut – det er et krav for frosne hindbær.
- Sørg for god hygiejne ved buffeten – gæster kan også smitte.

Norovirus kan overleve længe i produktionsmiljøet og kan smitte fx via dørhåndtag og inventar

Hvis skaden er sket

- Hvis kunder er blevet syge af fødevarer fra virksomheden, skal virksomheden tage særlige forholdsregler ("nulstilles").
- Hvis en medarbejder får symptomer på norovirus efter at have håndteret spiseklare fødevarer, skal virksomheden vurdere om fødevarer, som medarbejderen har håndteret, skal kasseres.
- Læs mere om nulstilling af virksomheden under "Alt om virus" på www.fvst.dk

"Nulstilling" indebærer bl.a. grundig rengøring og desinfektion af virksomheden ved risiko for virus, samt kassation af fødevarer, som en smittet person har håndteret

