

*Här kommer årets sista nummer av SmittnYtt med en uppdatering av läget gällande vinterns smittor, tips på hur du kan hålla dig frisk och skydda andra under virussäsongen och en rapport från höstens reflekterande antibiotikamöten i primärvården.*

## Vintersmittor

### Fyra vintervirus på en och samma gång

Säsongen med vintervirus är i gång. Redan i oktober drabbades Västernorrland som en av de första regionerna i Sverige av en kraftig ökning av covid-19 som bland annat gav stor påverkan på slutenvården. Senaste veckorna har antalet slutenvårdade patienter med covid-19 minskat och antalet diagnostiserade fall per vecka sjunker långsamt. Däremot ser vi mellan vecka 48 och 49 en snabb ökning av antalet anmälda influensafall, från 5 till 17 fall per vecka. Antalet influensafall förväntas fortsätta stiga de kommande veckorna och allt fler patienter kommer sannolikt att behöva inneliggande vård. Hittills är det influensa A som dominerar helt. Av de influensastammar som typats på nationell nivå är det viruset A(H1N1)pdm09 som överväger just nu. Även årets RS-virusepidemi har startat och Västernorrland har de två senaste veckorna haft flera diagnostiserade fall hos både spädbarn och äldre, det vill säga de grupper som riskerar att drabbas särskilt hårt av denna infektion. Ett mindre antal spädbarn med RS-virus vårdas för närvarande på regionens sjukhus. Folkhälsomyndigheten har också nyligen aviserat att årets epidemi av vinterkräksjuka (calicivirus) har startat och utbrott inom vård och omsorg är tyvärr att vänta den närmaste tiden.

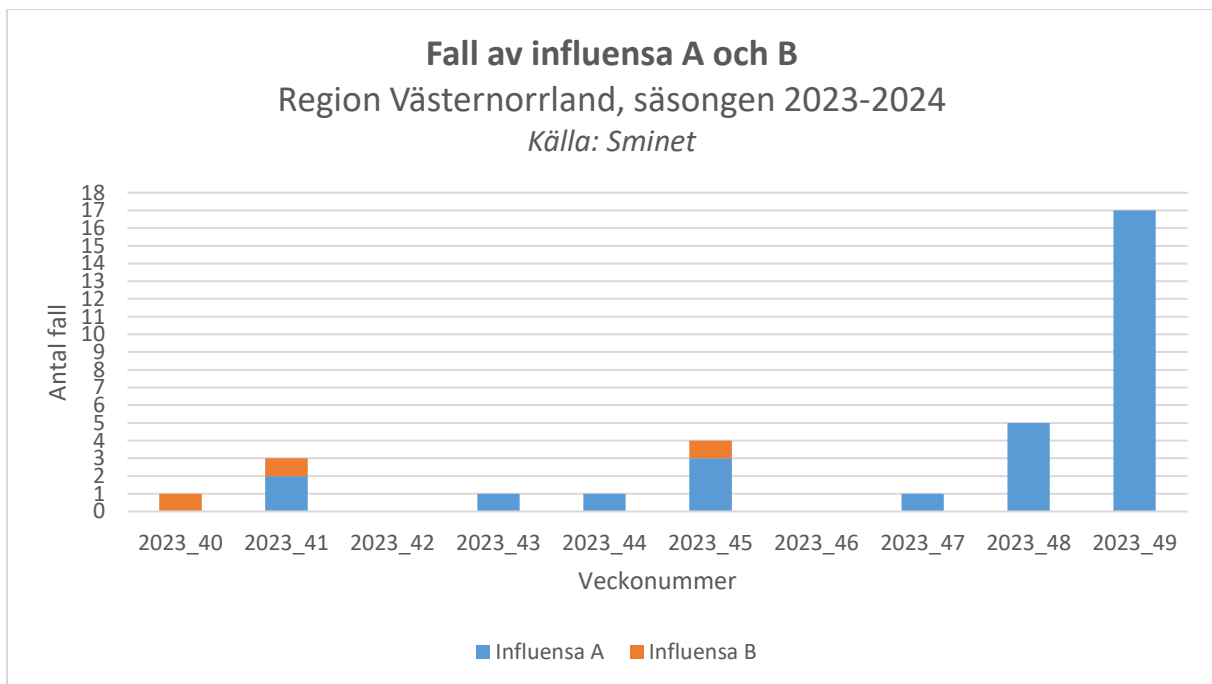
### Förebyggande åtgärder

Vaccination mot covid-19 och influensa är de viktigaste förebyggande åtgärderna mot svår sjukdom hos de grupper som omfattas av vaccinationsrekommendationerna. Efterfrågan på vaccination har varit stor i Västernorrland sedan kampanjstarten den 7 november. Den 11 december låg vaccinationstäckningen för influensa på 59 procent för åldersgruppen 65 år och äldre. Målet är 75 procent och vid slutet av säsongen 2022-23 nådde vi 63 procent. Stora skillnader i vaccinationstäckning ses mellan länets hälso- och vårdcentraler. Några enheter har ännu inte nått 50 procents täckning hos sina listade patienter i åldersgruppen 65 plus, medan andra redan ligger en bit över 60 procent. För covid-19 har vaccinationstäckningen nått 65 procent för höstdosen hos dem som är 65 år och äldre, då en del personer väljer att

enbart vaccinera sig mot covid-19 och avstå influensasprutan, även om vi oftast rekommenderar vaccination mot båda virus samtidigt.

Vaccinationsinsatsen fortsätter med full intensitet fram till årsskiftet och det är ännu inte för sent för vårdpersonal att uppmana och vid behov hjälpa äldre och medicinska riskgrupper att boka sin vaccination. Även regional vårdpersonal kan fortsatt vaccinera sig avgiftsfritt mot influensa. Läs mer om när var och hur på regionens intranät. Kommunal vård- och omsorgspersonal uppmanas fråga sin närmaste chef om möjlighet till influensavaccination.

Aktuell information om vaccination för vårdgivare finns på vårdgivarwebben: [Vaccinationer](#)



Diagrammet visar antal anmälda fall av influensa hittills under säsongen i Västernorrland.

### Behandling av influensa

I föl uppdaterade Läkemedelsverket sina behandlings- och profylaxrekommendationer vid influensa. Det är viktigt att medicinska riskgrupper, inklusive gravida i andra och tredje trimestern, och personer som behöver slutenvård får tidig behandling mot influensa. Läs hela behandlings- och profylaxrekommendationen här:

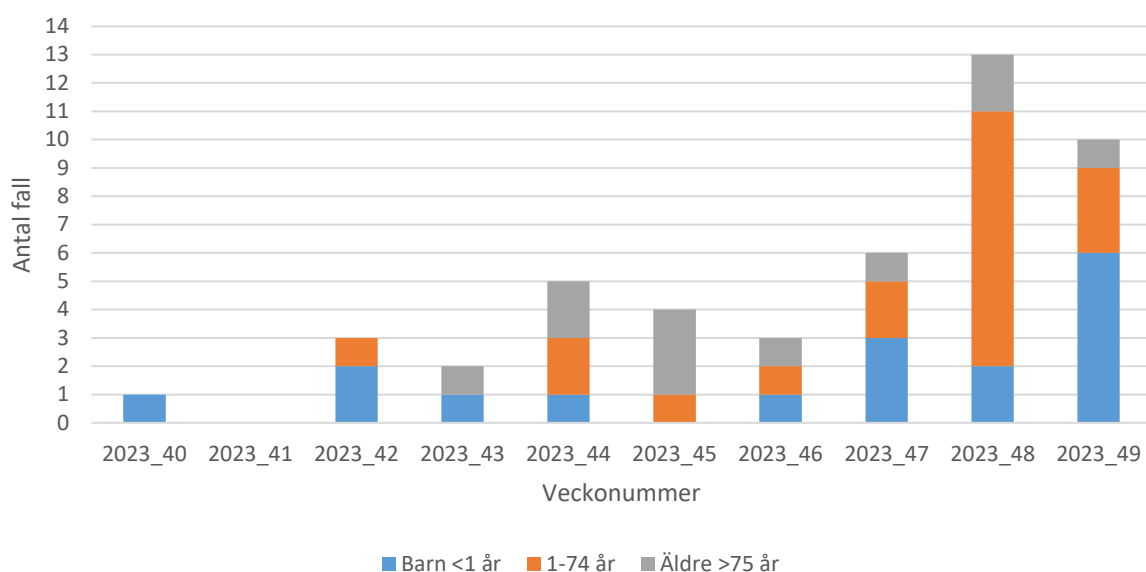
[Behandlingsrekommendation influensa](#)



Bildkälla: Läkemedelsverket

## Fall av RS-virus Region Västernorrland, säsongen 2023-2024

Källa: Frivillig laboratorierapportering Sminet



Diagrammet visar antal anmälda fall av RS-virus hittills under säsongen i Västernorrland.

### Informationsblad till vårdnadshavare

På Folkhälsomyndighetens webbplats finns ett informationsblad till vårdnadshavare om hur de kan skydda sitt spädbarn från luftvägsinfektioner som RS-virus och kikhosta. Bladet är utskriftsvänligt och kan delas ut eller läggas i väntrum och återfinns här: [Informationsblad RS-virus och kikhosta](#)

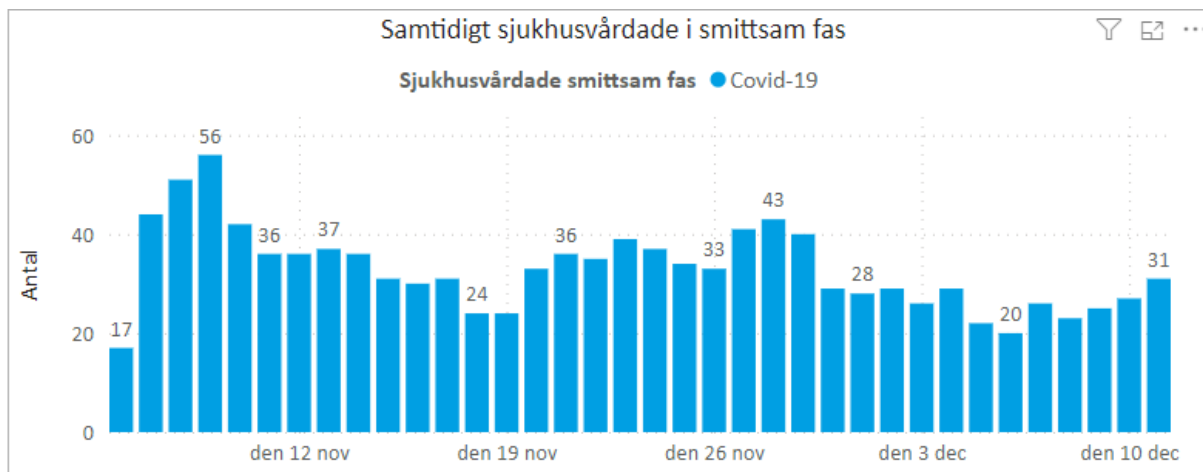
### Folkhälsomyndighetens fem tips för att skydda dig själv och andra från vinterns smittor

1. Stanna hemma när du är sjuk och har symtom på luftvägsinfektion, magsjuka eller feber.
2. Vaccinera dig mot covid-19 och influensa om du tillhör en grupp som rekommenderas detta. Du som är gravid rekommenderas vaccination mot kikhosta för att förebygga sjukdom hos det nyfödda barnet.
3. Tvätta händerna noga med tvål och vatten. Handsprit kan också användas men fungerar dåligt mot t.ex. calicivirus som orsakar vinterkräksjuka.
4. Hosta och nys i armvecket eller i en pappersnäsduk.
5. Tänk på vem du träffar. Undvik att träffa spädbarn utanför familjen, äldre och personer i riskgrupp om du är förkyld, har feber eller vinterkräksjuka.

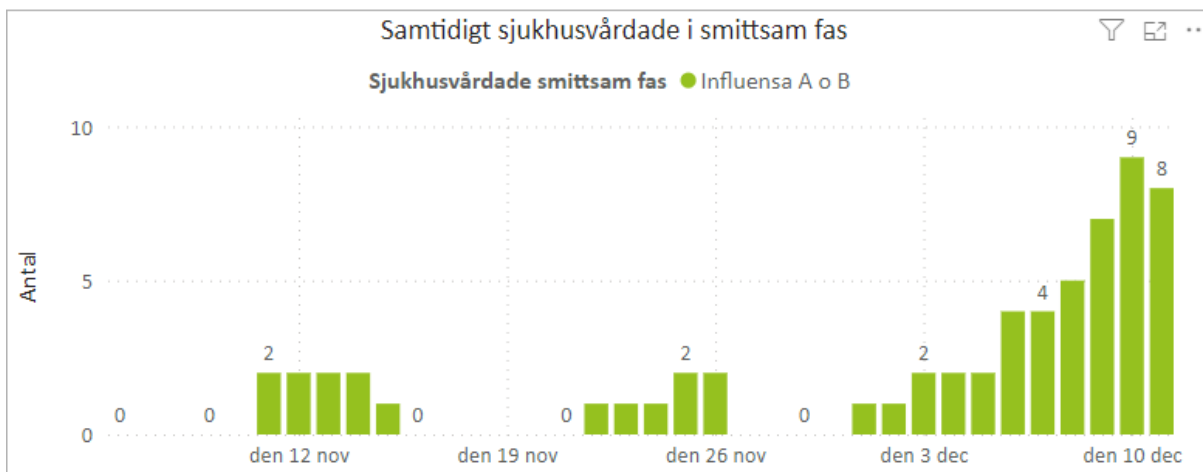
Källa: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/skydda-dig-sjalv-och-andra-mot-vinterns-smittor/>

## Följ utvecklingen under säsongen

Sedan den 6 november registreras alla inlaggna patienter med covid-19, influensa A eller B och RS-virus i regionens system för slutenvårdsbeläggning, Bedlog, och medarbetare som har tillgång till regionens analysverktyg PowerBI kan följa utvecklingen dagligen via denna länk: [Smittskydd - Power BI Report Server \(rvn.se\)](#) Observera att rapporterna i PowerBI fortfarande är i en utvecklingsfas varför det kan finnas "buggar" i systemet.



Diagrammet visar antal sjukhusvårdade patienter med bekräftad covid-19 i smittsam fas från 2023-11-06—12-11.



Diagrammet visar antal sjukhusvårdade patienter med bekräftad influensa A eller B i smittsam fas från 2023-11-06—12-11.

## Veckorapporter om vintervirus från Folkhälsomyndigheten

För den som vill följa utvecklingen på nationell nivå kan vi tipsa om Folkhälsomyndighetens veckorapporter för influensa, covid-19, RS-virus samt calicivirus som du hittar här:

[Influensa veckorapporter — Folkhälsomyndigheten](#)

[Covid-19 veckorapporter — Folkhälsomyndigheten](#)

[RS-virus veckorapporter — Folkhälsomyndigheten](#)

[Calicivirus veckorapporter \(vinterkräksjuka\) — Folkhälsomyndigheten](#)

## Reflekterande antibiotikamöten

Sedan antibiotikan kom har den varit människans sista försvarslinje mot allvarliga infektioner och ett ovärderligt läkemedel som dagligen räddar många liv. Överdriven och felaktig användning av antibiotika, såväl globalt som inom Sverige, har dock gett upphov till resistens hos bakterier vilket utgör ett hot inte bara mot individens möjlighet till effektiv behandling, utan också till de grundläggande förutsättningarna för att bedriva avancerad sjukvård.

Den globala dödligheten associerad med antibiotikaresistens skattades nyligen till 5 miljoner fall under 2019, och för 1,3 miljoner människor var antibiotikaresistens direkt kopplad till dödsorsaken ([Läkartidningen 41-42/2022](#)). Sverige har ur ett globalt perspektiv lägre frekvens av multiresistenta bakterier jämfört med många länder och har också relativt tidigt försökt motverka utvecklingen. Redan 1995 bildades Strama (Strategigruppen för rationell antibiotikaanvändning och minskad antibiotikaresistens) som en respons på den ökande antibiotikaresistensen och behovet av att implementera åtgärder för att bromsa dess utveckling.

Strama fick snabbt lokal representation i Sveriges alla landsting och numera finns en särskild nationell arbetsgrupp (NAG) för Strama inom kunskapsstyrningen som finansieras genom överenskommelser mellan Socialdepartementet och Sveriges kommuner och regioner (SKR). De regionala Stramagrupperna är ofta placerade organisatoriskt under smittskyddsmyndigheterna och samarbetar och utbyter information genom Stramanätverket.

Strama har som övergripande mål att bevara möjligheten att effektivt behandla bakteriella infektioner. Det finns också ett antal nationella antibiotikamål, där det mest kända säkerligen är det så kallade 250-målet. Det innebär att färre än 250 antibiotikarecept per 1000 invånare ska skrivas ut per år, vilket Västernorrland uppnådde år 2020. Idag är vi en av endast fyra regioner som fortfarande ligger under 250-målet, även om trenden för närvarande ser ogynnsam ut med ökande antal recept efter pandemin. Strama har också satt upp mål för enskilda infektionsdiagnoser och förstahandsval av antibiotika där det fortfarande finns mycket att göra. Region Västernorrland använder till exempel för mycket kinoloner vid okomplicerade cystiter samt för lite fenoximetylpenicillin vid rosfeber i primärvården.

Hälsocentralerna utgör den första länken i vården och står för majoriteten av antalet antibiotikarecept. Ett av de verktyg som Strama använder sig av för att nå sina mål är reflekterande antibiotikamöten. Samtalen tillsammans med enhetsbunden statistik över antibiotikaförskrivning och diagnoser skapar en plattform där vårdpersonal kan dela erfarenheter, mäta sin egen enhet mot Stramas mål och kanske ifrågasätta sin egen förskrivning av antibiotika. Samtalen hålls i regel internt på varje hälso-/vårdcentral under ledning av en antibiotika- och infektionsintresserad läkare.

Under hösten har Smittskydd Västernorrland i form av biträdande smittskyddsläkare Linus Sundnäs samt apotekare Anna Söderlind, stöttat upp reflekterande antibiotikamöten på sex hälso-/vårdcentraler i länet. Övriga enheter har genomfört mötena på egen hand. Årets tema var hud- och mjukdelsinfektioner och vi visade en

utbildningsfilm om sår, gjorde ett test från den interaktiva webbutbildningen [Sårsmart](#) och använde ett quiz med korta patientfall som underlag för diskussion angående antibiotika. Vi visade också statistik ur PVQ (primärvårdskvalitet) över både förskrivna antibiotika samt indikatormål, dvs Stramas mål för förstahandsval av antibiotika vid en given diagnos. Vi på Smittskydd Västernorrland kan bara se övergripande förskrivning för enheten i PVQ, men enheten själv kan gå in på individnivå, vilket kan vara av intresse om någon har ett avvikande förskrivningsmönster eller för att validera registreringarna i PVQ.

Rationell antibiotikaanvändning är viktigt för att skapa förutsättningar för att också framtida generationer ska kunna använda antibiotika. Idag har det heller aldrig varit enklare att göra rätt. Vi rekommenderar nationella Strama-appen som finns digitalt att ladda ner för både primärvård och slutenvård alternativt [Regnbågshäftet](#) för vanliga diagnoser i öppenvård som också finns i tryckt version. Den digitala versionen, via länken ovan, är dock att föredra då den uppdateras oftare än den tryckta.



### *Vi som arbetar på Smittskydd Västernorrland:*

Maria Tempé, smittskyddsläkare	060-13 52 42	<a href="mailto:maria.tempe@rvn.se">maria.tempe@rvn.se</a>
Linus Sundnäs, bitr. smittskyddsläkare	060-13 52 47	<a href="mailto:linus.sundnas@rvn.se">linus.sundnas@rvn.se</a>
Ulrika Bengtsson, smittskyddssjuksköterska	060-13 52 46	<a href="mailto:ulrika.bengtsson@rvn.se">ulrika.bengtsson@rvn.se</a>
Anna Westin, smittskyddssjuksköterska	060-13 52 43	<a href="mailto:anna.westin@rvn.se">anna.westin@rvn.se</a>
Anna Söderlind, apotekare/Strama	070-191 87 87	<a href="mailto:anna.soderlind@rvn.se">anna.soderlind@rvn.se</a>
Jessica Nyman, administratör	060-13 52 41	<a href="mailto:jessica.nyman@rvn.se">jessica.nyman@rvn.se</a>