**Smittekjeden**

**Smittevern: Håndhygiene**

70

# **Personer med stor risiko hvis de blir smittet**

**Alle løper risiko hvis de blir smittet, men for noen er risikoen større:**

* **personer på medisiner f.eks cellegift**
* **svært unge/gamle**
* **personer med under- liggende sykdommer, f.eks HIV/AIDS, diabetes**

# **Smittekilde**

**Noen eller noe som bærer de skadelige mikrobene som forårsaker smitten. Det er mange forskjellige smittekilder, bl.a.:**

* **personer som allerede er smittet**
* **kjæledyr eller dyr**
* **forurenset mat**

# **Vei ut for mikrober**

**Skadelige mikrober trenger en måte å komme seg ut av en smittet person eller kilde på før de kan spre seg til andre. Dette kan være gjennom**

* + **nys, hoste, spytt**
	+ **kroppsvæske**
	+ **safter fra rått kjøtt og fjærfe**

# **Vei inn for mikrober**

**Skadelige mikrober trenger en måte å komme inn i kroppen på før de kan smitte. Dette kan være gjennom:**

* **mat vi spiser**
* **innånding av aerosoler eller dråper**
* **åpne kutt eller sår**
* **ting vi putter i munnen**

# **Smittespredning**

**Skadelige mikrober trenger en måte å bli overført fra en kilde til en person på. Dette kan være ved:**

* **direkte berøring/kontakt**
* **seksuell overføring**

**Skadelige mikrober spres også via:**

## hendene, kontaktﬂater med hendene

**(f.eks. dørhåndtak, tastaturer, toaletter)**

## kontaktﬂater med mat

* **luften**

70

**SA1** - Smittekjeden (plakat)