



# Smittekjeden

## 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 kjemoterapi
- svært unge/gamle
- personer med underliggende sykdommer, f.eks hiv/aids, diabetes

## 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

## Smittekilde

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

- personer som allerede er smittet
- kjæledyr eller dyr
- kontaminert 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

## 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)

