

## NOROVIRUS-tietoa potilaalle

Norovirus aiheuttaa ripuli- ja oksennustaudin. Norovirus tarttuu herkästi ja aiheuttaa yleensä tautiryppäitä. Taudin itämisaika on lyhyt, yleensä 12 tunnista kahteen vuorokauteen.

### Noroviruksen oireet

Oireet alkavat hyvin äkillisesti. Oireena on ripulin lisäksi lähes kaikilla pahoinvointi tai oksentelu, usein myös kuume tai kuumeinen olo särkyneen. Oireet loppuvat yleensä lähes yhtä äkillisesti kuin ovat alkaneetkin. Niiden kesto on tyypillisesti 1–3 vuorokautta.

### Noroviruksen toteaminen

Noroviruksen aiheuttama tauti on oireiltaan tyypillinen, lyhytaikainen ja ankarista oireestaan huolimatta varsin viaton. Siihen ei ole lääkehoitoa. Tämän vuoksi näytteitä viruksen etsimiseksi ei yleensä oteta yksittäisiltä henkilöiltä.

### Noroviruksen itsehoito

Tärkeintä on pitää huolta riittävästä nesteen nauttimisesta. Runsaastikin oksentelevan on koko ajan nautittava pieniä nestemääriä, esim. laimeaa mehua. Valmiita ripulijuomia saa tarvittaessa apteekeista.

### Milloin hoitoon?

Taudin toteamista varten lääkäriin ei tarvitse lähteä, jos oireet ovat tyypilliset. Parantavaa hoitoa ei ole tarjolla.

Ripuli ja oksennukset voivat kuitenkin jo vuorokaudessa aiheuttaa voimakkaan nestehukan. Erityisesti hyvin iäkkäät henkilöt ja pienimmät lapset voivat joutua hakemaan apua elimistön kuivumiseen, etenkin, jos oksentelu haittaa juomista. Kuivuminen ilmenee voimakkaana uupumisena ja limakalvojen kuivuutena. Jos kuume ei väisty parissa vuorokaudessa, ulosteessa on verta tai ripuli kestää laantumattomana pitempään kuin kolme päivää, on syytä mennä lääkäriin. Lääkärin apuun turvautuminen on kuitenkin hyvin harvoin tarpeen.

### Norovirustartunnan ehkäisy

Huolellinen käsienpesu runsaalla lämpimällä vedellä ja saippualla vähentää virusten määrää käsissä merkittävästi. Kädet täytyy pestä aina WC:stä lähtiessä ja ennen ruokailua.

Norovirus voi säilyä hengissä ympäristössä useita vuorokausia. WC, hanat ja kosketuspinnat on tämän vuoksi siivottava huolellisesti.

### Päivystys Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystieteiden sairaalassa

**Jos sairastut arkipäivänä klo 8–16:**

– Ota yhteyttä omaan terveysasemaasi tai työterveyshuoltoon.

**Jos sairastut illalla, yöllä tai viikonloppuna:**

– **Soita ensin** Päivystysapu numeroon 116117