

## Dr Mikael: Det här är den ENDA handspriten som skyddar mot vinterkräksjuka

**Många köper handsprit i hopp om att slippa vinterkräksjukan. De flesta sorter hjälper dock inte mot viruset – men det finns ett undantag. Här avslöjar Dr Mikael vilken handsprit du ska välja!**

Just nu härjar den fruktade vinterkräksjukan som allra värst. Det viktigaste rådet för att skydda sig är att vara noggrann med att tvätta händerna med tvål och vatten. Däremot anses handsprit inte göra någon nytta mot caliciviruset som orsakar vinterkräksjukan. Men nu visar nya rön att en typ av handsprit faktiskt kan döda viruset.

### Leta efter H<sub>2</sub>O<sub>2</sub> på förpackningen

I TV 4:s [Nyhetsmorgon](#) berättar överläkaren Mikael Sandström att kunskapsläget nu har förändrats:

– Det senaste året, framför allt den senaste månaden, har det kommit ny forskning som gjort att vi har kunnat ta ett steg framåt, säger han.

Det är fortfarande så att de allra flesta sorter inte biter på caliciviruset. Handsprit verkar genom att skada det hölje som många typer av virus omges av. Men calicivirus har inget hölje och då funkar inte heller handsprit. Men det finns ett undantag.

– Man har sett att väteperoxid dödar calicivirus. Det är ett ämne som vi använder till att bleka hår och tänder med. Det används också som rengöring i vården.

Dr Mikael berättat att om man tillsätter väteperoxid i handsprit så kan det plötsligt ta död på caliciviruset. Enligt nya studier kan handdesinfektion som innehåller väteperoxid slå ut nästan samtliga partiklar av calicivirus. Och det finns en sådan produkt att köpa i Sverige redan nu.

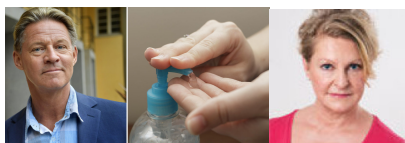
– Väteperoxid har beteckningen H<sub>2</sub>O<sub>2</sub>. Leta efter det bland ingredienserna på handspritflaskan, säger Mikael Sandström.

Så undviker du smittan

- Tvätta alltid händerna med tvål och vatten efter toalettbesök, före måltider och efter att ha tagit i föremål eller på ytor som kan ha smittämnen på sig.
- Använd alltid pappershanddukar att torka dig med om händerna, använd inte tyghandduk.
- Stanna alltid hemma från jobbet vid kräkningar eller diarré.
- Städning i hemmet är viktigt om någon i familjen haft vinterkräksjuka. Använd klorbaserade rengöringsmedel och tvätta textilier i minst 70 grader för att bli av med viruset.

Källa: Folkhälsomyndigheten

Foto: TT



VIVVI ALSTRÖM  
HÄLSA 25 feb, 2020