

# Utskrivning efter vård för sepsis

Denna skrift är framtagen för dig som vårdats på sjukhus för sepsis, för att ge förståelse för vad du drabbats av, och vad du kan förvänta dig efter att du kommit hem från sjukhuset.

## Vad är sepsis och hur visar det sig att man har sepsis?

När en mikroorganism, till exempel en bakterie eller ett virus, orsakar en infektion i kroppen så aktiveras kroppens immunförsvar för att slå ut mikroorganismen. Ibland kan dock immunförsvaret överreagera eller reagera på ett felaktigt sätt, så att kroppens organ skadas eller försämras i sin funktion, kallat organdysfunktion. En person som har en infektion som orsakat organdysfunktion har sepsis.

Vid sepsis kan den ursprungliga infektionen till exempel vara en lunginflammation, urinvägsinfektion, hjärnhinneinflammation, halsfluss, sårinfektion eller en infektion som uppkommit på platsen för en genomgången operation. Ibland kan den ursprungliga infektionen inte hittas.

I Sverige drabbas årligen ca 40 000 människor av sepsis.

## Symtomen

Symtomen vid sepsis orsakas av både själva infektionen och av organdysfunktionen. Vanliga symtom vid sepsis är feber och skakfrossa, nyttillkommen förvirring, oförmåga att komma ur sängen eller stå på benen, sludrande tal eller påverkat medvetande, ansträngd andning, akut påkommen smärta och akut påkomna mag-tarmbesvär.

## Hur kan man minska risken att få sepsis igen?

Eftersom sepsis uppstår från infektioner, kan sepsisrisken minskas genom att förebygga nya infektioner, till exempel med:

- Vaccinering mot influensa (årligen)
- Vaccinering mot lunginflammation (pneumokocker)
- Vaccinering mot covid-19
- Nogrannhet med hygien
- Avstå rökning
- Avstå från intag av stora mängder alkohol
- Sök sjukvård vid tecken på sepsis

## Efter sepsis, när ska man söka vård på nytt?

Det är viktigt att vara medveten om att man vid sepsis har påverkad organfunktion och påverkat immunförsvar vilket gör att man också efter vårddiden har ökad risk att försämras och behöva läggas in på sjukhus igen. Man bör därför tidigt kontakta sjukvården i följande situationer:

- Hastig försämring av måendet
- Nyttillkommen andnöd
- Nyttillkommen förvirring eller sänkt vakenhetsgrad
- Akut försämring vid en infektionssjukdom
- Om förbättring av en allvarlig infektion stannar av

# Hur mår man efter sepsis?

De flesta som vårdats på sjukhus för sepsis återhämtar sig inom några veckor-månader efter utskrivningen.

Men en del individer upplever kvarvarande besvär som kan vara långvariga, till exempel trötthet, nedstämdhet, koncentrationssvårigheter och minnessvårigheter, eller andra besvär som muskelsvaghet, andningssvårigheter och rörelseproblem (se bilden). Tillsammans kan dessa besvär leda till olika svårigheter i vardagen, som att klara av dagliga sysslor eller behov.



# Stöd efter sepsis

## Sepsisföreningen

Sepsisföreningen är en ideell patientförening som startade 2021, och som verkar för att sprida kunskap kring sepsis och skapa förutsättningar för att sepsispatienter ska kunna leva sina liv med god livskvalitet. Sepsisföreningen välkomnar alla som vill bli medlemmar, både patienter, anhöriga och andra intresserade.

Läs mer på [sepsisforeningen.se](https://sepsisforeningen.se).

## Sepsisforum

På Facebook hittar du en grupp som heter Sepsisforum, där drabbade och deras anhöriga delar tankar och erfarenheter.

Sök på [Sepsisforum på Facebook](#).

## Ersättning vid skada

Upplever du att du inte fått rätt vård när du drabbats av sepsis kan du göra en anmälan till Landstingens Ömsesidiga Försäkringsbolag (Löf), som har avtal med Sveriges alla regioner. Deras uppdrag är att utreda och lämna ersättning till patienter som skadas i vården.

Läs mer på [lof.se](https://lof.se).

## Mer information

På Sepsisfondens hemsida kan du hitta mer fördjupat material för patienter som vårdats för sepsis. Du hittar skriften *Livet efter sepsis* på [sepsisfonden.se/utskrivning](https://sepsisfonden.se/utskrivning).

 Sepsisfonden



Swish 900 5265

BG 900-5265

[sepsisfonden.se](https://sepsisfonden.se)

*Denna skrift är granskad av Kristoffer Strålin, ordförande för NPO Infektionssjukdomar och Lisa Kurland, ordförande för NPO Akut vård*