



[Ovanliga infektioner och tillstånd](#)

Toxoplasmaparasiter finns i hela världen och förekommer i avföring från många däggdjur. Sjukdomen sprids framför allt med avföring från katter. Om en gravid kvinna blir smittad kan infektionen orsaka skador på fostret. Du som är gravid ska därför försöka minska risken för smitta bland annat genom att undvika kontakt med avföring framför allt från katter.

Människor smittas oftast genom avföring från en smittad katt. Du kan då bli smittad om du till exempel får parasiten på dina händer, och sedan får i dig parasiten genom munnen.

Förutom katter kan även andra däggdjur smittas av parasiten. Då kan du bli smittad om du äter rått eller otillräckligt uppvärmt kött från dessa djur. Det gäller framför allt kött från lamm eller gris, men ibland kan även kött från nötkreatur innehålla parasiten.

Smittan kan också spridas genom frukt, bär eller grönsaker som har kommit i kontakt med jord som är förorenad med parasiten, men det är mycket ovanligt.

Sjukdomen smittar inte mellan människor.

Du är immun för resten av livet om du har haft en toxoplasmainfektion. Men om du har nedsatt immunförsvar på grund av andra sjukdomar kan sjukdomen bli kronisk.

Oftast märker du inte av att du har en toxoplasmainfektion.

Vissa får ett eller flera av dessa symtom:

- Du känner dig sjuk och trött.
- Du får feber.
- Du får [svullna lymfkörtlar](#) i flera veckor.

Det finns en risk för att parasiten överförs till fostret om du är gravid och blir smittad för första gången.

Blir du smittad tidigt under graviditeten kan det leda till missfall eller skador på fostrets hjärna, ögon eller öron. Barn som smittas efter födseln får inga skador.

Toxoplasma smittar inte genom amning.

Det finns flera saker som du kan göra för att minska risken för smitta:

- Skala eller skölj frukt, grönsaker och bär innan du äter dem.
- Ät väl genomstekt eller kokt mat. Vill du äta kött kan du frysa det i minus 18 grader i minst tre dygn. Då dör toxoplasmaparasiten. Den dör också när du hettar upp maten till över 65 grader.
- [Tvätta händerna](#) efter kontakt med jord och sand.
- Tvätta köksknivarna efter kontakt med kött.

Du som är gravid bör dessutom vara uppmärksam på följande:

- Undvik kontakt med avföring från andra djur. Låt om möjligt någon annan göra rent kattlådan om du har katt. Annars bör du använda handskar och tvätta händerna noga efteråt.
- Du bör också vara försiktig när det gäller andra ställen där katter kan ha bajsat, till exempel sandlådor vid lekplatser.
- Undvik grönsaker och frukt som inte är sköljda om du åker utomlands.
- Undvik kontakt med katter om du åker utomlands. Parasiten är till exempel mycket vanlig hos katter i centrala och södra Europa.

Kontakta en [vårdcentral](#) om du är gravid och får feber och svullna lymfkörtlar.

Kontakta en barnmorska om du är gravid och är orolig för en toxoplasmainfektion.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård.

Ring +46 771-11 77 00 för att få [sjukvårdsrådgivning](#) när du är utomlands.

Då får du hjälp att bedöma dina symtom och kan få råd om vad du kan göra själv och om du bör söka vård. Du kan läsa mer om vad som gäller om du behöver vård i texten [Vård utomlands](#).

Med hjälp av ett [blodprov](#) går det att se om du har eller har haft en toxoplasmainfektion.

Oftast behövs ingen behandling, eftersom sjukdomen går över av sig själv. Om du behöver behandling får du antibiotika.

Du får behandling med [antibiotika](#) om du är gravid. Eventuella skador som infektionen har orsakat hos barnet läker inte, men behandlingen kan förhindra ytterligare skador. När barnet har fötts får hen mer behandling om det behövs.

Senast uppdaterad:

2022-04-12

Redaktör:

Ingela Andersson, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Lars Rombo, läkare, specialist på infektionssjukdomar, Infektionskliniken, Mälarsjukhuset i Eskilstuna

När du är gravid behöver din kropp extra näring, vitaminer och mineraler. Du kan äta det mesta och det är bra att äta varierat, men du kan behöva undvika en del mat och dryck. Det är därför bra att veta vad du behöver vara extra uppmärksam på.

Många sjukdomar kan spridas genom kontakt med händer. Genom att tvätta händerna kan du undvika att själv bli sjuk. Du kan också undvika att smitta andra om du redan är sjuk.

Här beskrivs infektioner som är ovanliga i Sverige.

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. 1177 ger dig råd när du vill må bättre.

I

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).