

Montezumas hämnd kan förstöra din semester

Montezumas hämnd, Delhi Belly, Rangoon Runs och Cairo Quick-Step är några namn som gärna används för vad som mer korrekt kallas turistdiarré.

Mellan 20 % och 50 % av dem som reser till länder med tropiskt eller subtropiskt klimat brukar drabbas av turistdiarré. De flesta drabbas under den första veckan av sin resa. Ungefär 30 % av dem som drabbas av turistdiarré blir sängliggande någon eller några dagar. För många, cirka 40 %, innebär turistdiarré att planerade aktiviteter får ställas in.¹

Turistdiarré utgör ett stort problem för resenärer och kan förstöra den semesterresa man sedan länge sett fram emot.

Detta är turistdiarré

Oftast yttrar sig turistdiarré i akuta vattniga diarréer, från ett par gånger per dygn upp till 10–15 gånger per dygn. Även feber och kräkningar kan förekomma. Ungefär 5–10 % av de drabbade har blodig, slemmig avföring.

Sjukdomen varar i genomsnitt 3–4 dagar, men kan i vissa fall pågå någon vecka.

Turistdiarré orsakas i första hand av bakterier. Den vanligaste av dem är ETEC*, som svarar för upp till 50 % av fallen.²

Andra bakterier som i mindre omfattning orsakar turistdiarré är exempelvis salmonella, shigella, campylobacter och kolera.² Virusorsakad diarré förekommer också, men diarré orsakad av parasiter är däremot mer sällsynt.

Turistdiarré sprids med livsmedel och vatten.

* ETEC är en förkortning för Enterotoxinproducerande Escherichia Coli.