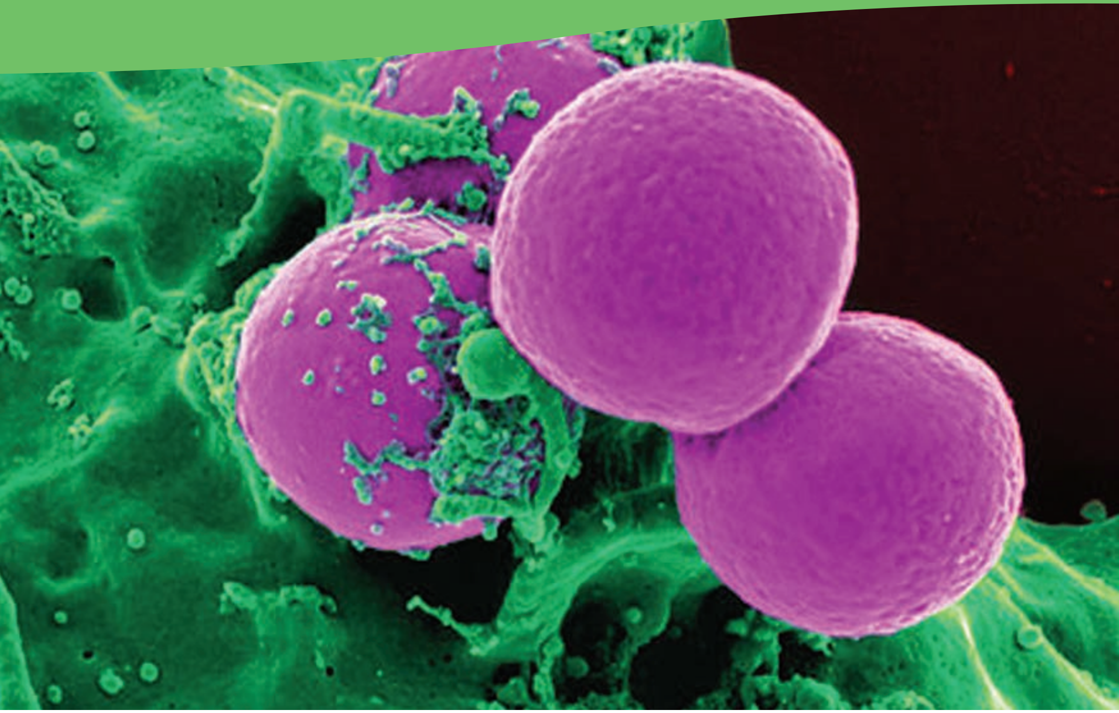
MRSA
INFORMATION LEAFLET



What is MRSA?

MRSA stands for ‘Meticillin resistant Staphylococcus aureus’.

Staphylococcus aureus (also known as Staph aureus or S. aureus) is a type of germ (bacterium) that is found in the nose of about 1 in 3 people. It lives in warm moist areas such as the nostrils, armpits and groin. People who have S aureus in these places are said to be ‘colonised’ by S. aureus, and are sometimes called ‘carriers’.
This means that the bacteria are living on the person, but are not causing an infection. If the bacteria are able to enter the body, such as through a cut, this may result in infection. Most infections caused by S. aureus can be successfully treated with antibiotics.

MRSA is a particular type of Staph aureus that has become resistant to many commonly used antibiotics. It is not normally a threat to a healthy person, and usually only causes infection in someone who is already ill, has a weakened immune system or is having an invasive medical procedure or device inserted, such as an operation or a cannula (drip).

How can I get MRSA?

The main way that MRSA is spread is on people's hands. The most important action that everyone can take to help stop the spread is regular cleaning of the hands (called hand hygiene).

Hand hygiene is especially important before and after:

- Visiting someone in hospital
- Helping to dress wounds
- Touching urine drainage catheters/bags.

What are the symptoms of MRSA infection?

MRSA doesn't always cause infection; you may just be a 'carrier'. MRSA can cause a range of infections in all parts of the body, so the symptoms will depend on the type of infection caused, if any; for example a chest infection with MRSA will cause the same symptoms as a chest infection caused by any other germ.

Are some people at increased risk of catching MRSA?

The following groups of people are at increased risk:

- Patients having surgery. Open wounds create an ideal way in for MRSA.
- Patients in a burns ward because the skin is the body's normal first line of defence against infection.
- Patients in Intensive Therapy Units (ITU). This is because they already have a serious illness.
- Patients who have long or repeated stays in hospital.
- Patients who have been treated with lots of antibiotics.

Generally, anyone who is in hospital is already ill and more prone to infection. It is very important to try and stop the spread of MRSA in hospital.

What are Hospitals doing to prevent MRSA spreading and causing infections?

If you are admitted to hospital you may have swabs taken from your nose and groin area to look for MRSA (this is called 'screening'). Whether you are screened or not will depend on the reason for your hospital admission and whether you've been in hospital or a care home beforehand. If MRSA is found on the swabs or you are found to have MRSA from other tests, you may be moved to a single room and given special creams and washes to try and prevent the MRSA causing infections or spreading to other people. If you are to have surgery you may be given different antibiotics from the standard ones for your operation, ones that can kill MRSA, again to try to prevent MRSA infection after the surgery. Staff caring for you will take extra precautions to prevent MRSA spreading such as wearing gloves and aprons.

What kind of treatment will I need for MRSA infection?

The majority of people who have MRSA have no symptoms of infection and it is often not necessary to treat it. You may be given creams and washes to try and prevent the MRSA causing infections or spreading to other people. If your doctor feels it is necessary, then they may prescribe antibiotics that can treat MRSA infections.

If I am ill, how do I prevent passing it on to others?

- Wash your hands with soap and water before and after eating and after going to the toilet. You can use an alcohol hand rub if this is more convenient.
- Avoid touching any wounds, drips or tubes you may have. If you need to touch them, wash your hands with soap and water before and after touching them.
- Cover your nose and mouth with a tissue when you cough or sneeze, throw the tissue in the bin and wash your hands.
- Encourage any visitors or staff to wash their hands before and after visiting you.

What about going home?

Once you are medically well enough you can go home, MRSA is no barrier to going home and is not a reason to stop you going to a care home or nursing home, if that's most suitable for you.

How should I look after myself?

When a person leaves hospital with MRSA the staff will write to your GP or Nursing home informing them of the test results and any treatment, if required. If a community nurse/GP is attending to you they should be made aware that you have MRSA and wash their hands before and after visiting you and may wear gloves and aprons, depending what care they are providing. There are usually no special precautions that need to be taken by you or your family once home. Having had MRSA or being a 'carrier' should not normally affect your everyday home life in any way. If you are readmitted to hospital you or your relative or carer should inform the staff that you have had MRSA in the past to ensure that the appropriate treatment and precautions can be taken.

I've had it before – does it mean I can catch it again?

It's possible for it to recur and if you are admitted to hospital you will be 'screened' to check for MRSA because you've had it before. It's always helpful to tell any doctor or nurse who is looking after you that you have had MRSA in the past.

What about children or pregnant women?

MRSA is less commonly found in children and healthy pregnant women, however if it is found, all the information in this leaflet will apply. There is no evidence of risk to an unborn baby from the mother having MRSA.

Further information

In the first instance speak to the staff caring for you/ the person you are visiting. They can contact the local Infection Prevention and Control Team or Health Protection Team for expert support.

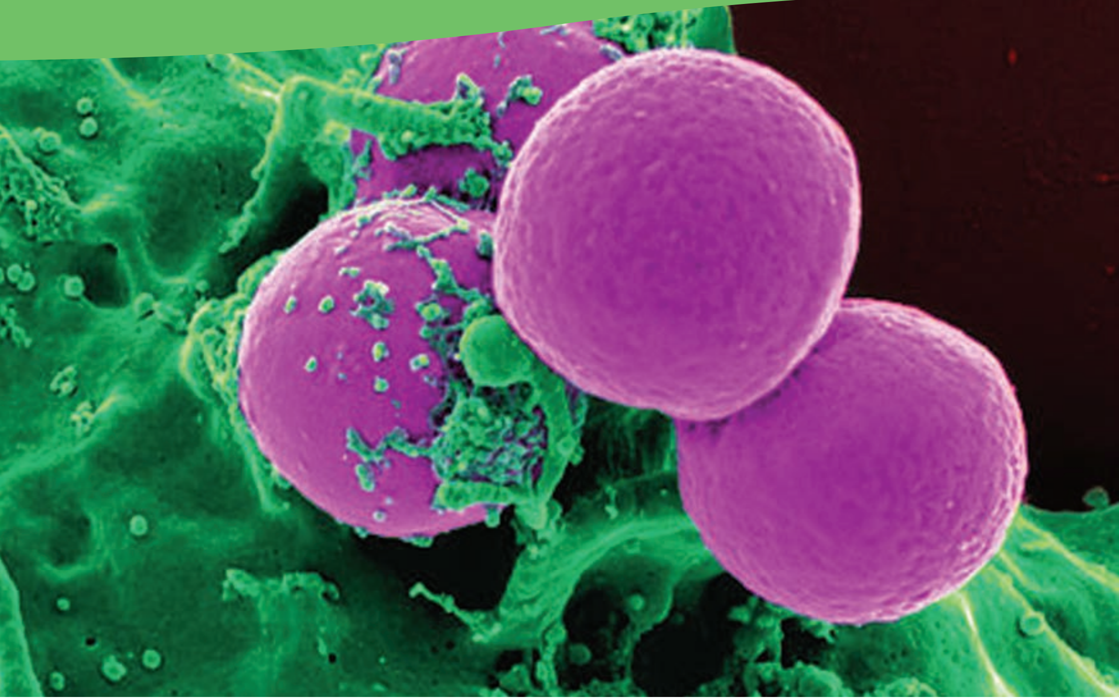
GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru Public Health Wales

Public Health Wales
Temple of Peace & Health
Cathays Park
Cardiff
CF10 3NW

Internet: www.publichealthwales.org
Intranet: nww.publichealthwales.wales.nhs.uk

ABUHB/PIU:010/5
Issue Date: February 2024
Expiry Date: February 2027

TAFLEN WYBODAETH
MRSA



Beth yw MRSA?

Mae MRSA yn golygu ‘Meticillin resistant Staphylococcus aureus’.

Mae Staphylococcus aureus (a elwir hefyd yn Staph aureus neu S. aureus) yn fath o germ (bacterium) sy’n cael ei ganfod yn nhrwyn tua 1 ym mhob 3 pherson. Mae’n byw mewn ardaloedd gwlyb, cynnes fel y ffroenau, y ceseiliau a’r afl. Dywed fod pobl sydd ag S aureus yn y mannau hyn wedi eu ‘clystyru’ gan S. aureus, ac fe’u gelwir weithiau’n ‘gludwyr’. Mae hyn yn golygu bod y bacteria yn byw ar y person, ond nad ydynt yn achosi haint. Os yw’r bacteria yn gallu mynd i mewn i’r corff, trwy drychiad er enghraifft, gallai hyn arwain at haint. Gellir trin y rhan fwyaf o heintiau a achosir gan S. aureus yn llwyddiannus gyda gwrthfiotigau.

Mae MRSA yn fath penodol o Staph aureus sydd wedi llwyddo i wrthsefyll llawer o wrthfiotigau cyffredin. Nid yw fel arfer yn fygythiad i berson iach, ac fel arfer mae ond yn achosi haint pan fydd rhywun yn sâl yn barod, os oes ganddynt system imiwnedd wedi ei gwanhau neu os yw'n cael triniaeth feddygol fewnlifol, neu trwy ddyfais sy'n cael ei fewnosod, fel llawdriniaeth neu ganwla (drip).

Mae MRSA yn fath penodol o Staph aureus sydd

Y brif ffordd y mae MRSA yn cael ei ledaenu yw ar ddwylo pobl. Y peth pwysicaf y gall pawb ei wneud i atal ei ledaenu yw glanhau'r dwylo yn rheolaidd (a elwir yn hylendid dwylo).

Mae hylendid dwylo yn arbennig o bwysig cyn ac ar ôl:

- Ymweld â rhywun yn yr ysbyty
- Helpu i rwymo clwyfau
- Cyffwrdd â chathetrau draenio/bagiau wrin.

Beth yw symptomau haint MRSA?

Nid yw MRSA bob amser yn achosi haint; gallwch fod yn 'gludwr' yn unig. Gall MRSA achosi ystod o heintiau ym mhob rhan o'r corff, felly bydd y symptomau yn dibynnu ar y math o haint a achosir, os o gwbl; er enghraifft bydd haint ar y frest gydag MRSA yn achosi'r un symptomau â haint ar y frest a achosir gan unrhyw germ arall.

A yw rhai pobl mewn mwy o berygl o ddal MRSA?

Mae'r grwpiau canlynol o bobl mewn mwy o berygl:

- Cleifion sy'n cael llawdriniaeth. Mae clwyfau agored yn creu ffordd i mewn delfrydol ar gyfer MRSA.
- Cleifion mewn ward llosgiadau am mai'r croen yw amddiffyniad pennaf y corff yn erbyn haint.
- Cleifion mewn Unedau Therapi Dwys (ITU). Mae hyn am fod ganddynt salwch difrifol yn barod.
- Cleifion sydd yn yr ysbyty am amser hir neu'n aml.
- Cleifion sydd wedi cael eu trin gyda llawer o wrthfiotigau.

Yn gyffredinol, mae unrhyw un sydd yn yr ysbyty eisoes yn sâl ac yn fwy agored i haint. Mae'n bwysig iawn ceisio atal MRSA rhag lledaenu yn yr ysbyty.

Beth mae Ysbytai yn ei wneud i atal MRSA rhag lledaenu ac achosi heintiau?

Os ydych yn cael eich derbyn i'r ysbyty gellir cymryd swabiau o'ch trwyn a'ch gafl i chwilio am MRSA (gelwir hyn yn 'sgrinio'). Mae cael eich sgrinio neu beidio yn dibynnu ar y rheswm dros eich derbyn i'r ysbyty ac a ydych wedi bod yn yr ysbyty neu gartref gofal cyn hynny. Os yw MRSA yn cael ei ganfod ar y swabiau neu os canfyddir bod gennych MRSA o brofion eraill, efallai y cewch eich symud i ystafell sengl a chael hufenau a hylif ymolchi arbennig i geisio atal yr MRSA rhag achosi heintiau neu gael ei ledaenu i bobl eraill. Os byddwch yn cael llawdriniaeth, efallai y cewch wrthfiotigau gwahanol i rain safonol ar gyfer eich llawdriniaeth, rhai sydd yn gallu lladd MRSA, eto i geisio atal haint MRSA ar ôl y llawdriniaeth. Bydd y staff sy'n gofalu amdanoch yn cymryd rhagofalon ychwanegol i atal MRSA rhag lledaenu trwy wisgo menig a ffedogau.

Pa fath o driniaeth fydd ei hangen arnaf ar gyfer haint MRSA?

Nid oes gan y rhan fwyaf o bobl sydd ag MRSA unrhyw symptomau ac yn aml ni fydd angen ei drin. Efallai y byddwch yn cael hufennau a hylifau ymolchi i geisio atal yr MRSA rhag achosi heintiau neu ei ledaenu i bobl eraill. Os yw eich Meddyg yn teimlo bod angen, efallai y rhagnodir gwrthfiotigau sy'n gallu trin heintiau MRSA.

Os wyf yn sâl, sut wyf yn atal ei drosglwyddo i eraill?

- Golchwch eich dwylo gyda sebon a dŵr cyn ac ar ôl bwyta ac ar ôl mynd i'r tŷ bach. Gallwch ddefnyddio hylif dwylo wedi ei wneud o alcohol os yw hyn yn fwy cyfleus.
- Dylech osgoi cyffwrdd ag unrhyw glwyfau, dripiau neu diwbiau sydd gennych. Os oes angen i chi eu cyffwrdd, golchwch eich dwylo gyda sebon a dŵr cyn ac ar ôl eu cyffwrdd.
- Gorchuddiwch eich trwyn a'ch ceg gyda hances pan fyddwch yn peswch neu'n tisian, taflwch yr hances yn y bin a golchwch eich dwylo.
- Dylech annog unrhyw ymwelwyr neu staff i olchi eu dwylo cyn ac ar ôl ymweld â chi.

Beth am fynd adref?

Pan fyddwch yn ddigon da'n feddygol gallwch fynd adref, nid yw MRSA yn eich atal rhag mynd adref ac nid yw'n rheswm i'ch atal rhag mynd i gartref gofal neu gartref nyrsio, os yw hynny'n fwy addas i chi.

Sut dylwn edrych ar ôl fy hun?

Pan fydd person yn gadael yr ysbyty gydag MRSA bydd y staff yn ysgrifennu at eich meddyg teulu neu gartref nyrsio yn eu hysbysu ynghylch canlyniadau'r prawf ac unrhyw driniaeth, os oes angen. Os ydych yn cael eich trin gan nyrs gymunedol/ meddyg teulu, dylent fod yn ymwybodol bod gennych MRSA a golchi eu dwylo cyn ac ar ôl ymweld â chi ac efallai y byddant yn gwisgo menig a ffedogau, yn dibynnu pa ofal y maent yn ei ddarparu. Fel arfer nid oes unrhyw ragofalon arbennig y mae angen i chi neu eich teulu eu cymryd unwaith y byddwch adref. Ni ddylai cael MRSA neu fod yn 'gludwr' effeithio ar eich bywyd bob dydd mewn unrhyw ffordd. Os byddwch yn cael eich derbyn i'r ysbyty eto, dylech chi neu berthynas neu eich gofalwr hysbysu'r staff eich bod wedi cael MRSA yn y gorffennol er mwyn sicrhau triniaeth neu ragofalon priodol.

Rwyf wedi ei gael o'r blaen – a yw hynny'n golygu na allaf ei ddal eto?

Mae'n bosibl iddo ddigwydd eto ac os byddwch yn cael eich derbyn i'r ysbyty byddwch yn cael eich 'sgrinio' i weld a oes gennych MRSA am eich bod wedi ei gael o'r blaen. Mae bob amser o gymorth dweud wrth unrhyw feddyg neu nyrs sy'n gofalu amdanoch eich bod wedi cael MRSA yn y gorffennol.

Beth am blant neu fenywod beichiog?

Mae MRSA yn llai cyffredin mewn plant a menywod beichiog iach, ond os caiff ei ganfod, bydd yr holl wybodaeth yn y daflen hon yn berthnasol. Nid oes unrhyw dystiolaeth bod perygl i fabi heb ei eni os bydd gan y fam MRSA.

Mwy o wybodaeth

I ddechrau, siaradwch â'r staff sy'n gofalu amdanoch/y person yr ydych yn ymweld â nhw. Gallant gysylltu â'r Tîm Atal a Rheoli Heintiau lleol neu'r Tîm Diogelu Iechyd am gymorth arbenigol.

GIG CYMRU NHS WALES | Iechyd Cyhoeddus Cymru | Public Health Wales

Iechyd Cyhoeddus Cymru
Teml Heddwch ac Iechyd
Caerdydd
CF10 3NW

Rhyngrwyd: www.iechydcyhoedduscymru.wales.nhs.uk
Mewnrwyd: nww.publichealthwales.wales.nhs.uk

ABUHB/PIU: 010/5
Dyddiad cyhoeddi: Chwefror 2024
Dyddiad Dod i ben: Chwefror 2027