



## Råd vid algblomning

Här presenteras allmänna råd om vad man ska göra vid en algblomning och vart man kan vända sig för information om hälsofrågor.

- **Undvik badande eller onödig kontakt med vatten** när vattnet inte längre är lika klart som det brukar vara, ytan täcks av en tydligt blågrön, grön eller gulgrön-gulbrunaktig hinna eller då vattnet är kraftigt grumlat av mycket fina trådar (som centimeterlånga tunna hårstrån) eller små blågröna "gryn" som liknar mycket små barr.
- En allmän regel för bad är att **du ska kunna se fötterna när vattnet når upp till knäna**. Var alltså aktsam när du inte ser botten på 0,5–1 meters djup och egenskaperna ovan är uppfyllda.
- **Har du ändå badat i algbemängt vatten** skölj noga av kroppen och tvätta sedan med tvål och vatten. **Vid ögonirritation** skölj ögonen med rinnande vatten.
- **Har du svalt större mängder algbemängt vatten** (mer än några kallsupar) och har uttalade symtom bör sjukhus kontaktas.
- **Barn och djur är högriskgrupper**. Släpp inte barn eller djur till stränder eller i vatten med kraftig algblomning. Det gäller både husdjur och tamboskap (till exempel hundar, får, kor och hästar).
- **Använd inte vatten från algblomningsområden som dricksvatten eller för matlagning**. Många alggifter är värmestabila och kokning förstör inte gifterna.
- **Kontakta läkare eller veterinär** om barn, vuxna eller djur visar sjukdomssymptom efter bad eller kontakt med blommande vatten. Diarré, illamående, kräkningar, feber, muskelsmärter, ledsmärter, huvudvärk, irritation av övre luftvägar, rinnande näsa, ögonirritation samt utslag som kan klia.
- **Symptom efter bad** Diarré, illamående, kräkningar, feber, muskelsmärter, ledsmärter, huvudvärk, irritation av övre luftvägar, rinnande näsa, ögonirritation samt utslag som kan klia. Symtomen kommer inom några timmar (högst 12 timmar) och varar i 1 - 2 - (3) dygn. Risk för lever- och njurpåverkan föreligger bara om man har svalt kraftigt (synligt) algbemängt vatten i stora mängder.

**Sjukvården ger råd om hur du ska agera om du svalt eller badat i algbemängt vatten.**

[Symptom och råd vid algförgiftning hos 1177.se](https://www.1177.se)

[Informationscentralen för Egentliga Östersjön](https://www.egentligaostersjon.se)