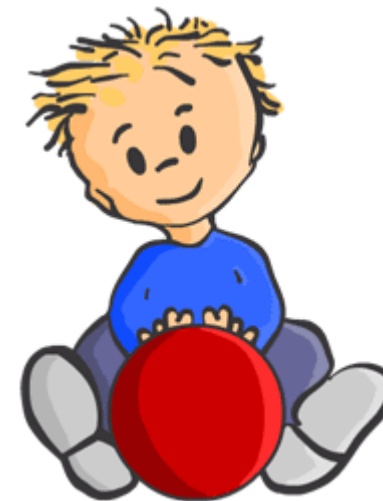


## När barnet är sjukt



**Landstinget**  
i Östergötland



Barnhälsovårdsenheten i Östergötland

**Vara hemma eller i barngrupp?  
Råd om barns vardagssjuklighet**

## Till dig som har ditt barn i kommunal barnomsorg

Du kommer säkert många gånger att ställas inför frågan: Är mitt barn tillräckligt friskt för att vistas i grupp med andra barn?

**Det är viktigt att utgå ifrån barnets behov.** Det ska inte vara personalens eller föräldrarnas behov som avgör om barnet ska stanna hemma. Ett sjukt och hängigt barn bör få tillgång till ett knä att krypa upp i. I en barngrupp är det ofta stimmigt och många barn konkurrerar om personalen. Då ditt barn vistas i barngrupp ska det vara så piggt att det orkar delta i de ordinarie aktiviteterna. Generellt kan man säga att det är barnets *allmäntillstånd*, dvs hur barnet äter, sover och orkar delta i de vardagliga aktiviteterna, som ska avgöra när ett barn ska vara hemma. Många gånger kan ett barn vara aktivt hemma men orkar inte vara med i barngruppen. Det är även viktigt att du som förälder berättar för personalen om olyckstillbud eller annat som har hänt som personalen bör känna till (småsår, brännskador, infektion mm).

**Det är du som förälder som är expert på ditt barn** och kan göra de rätta bedömningarna på hemmaplan. Personalen, som dagligen ser barnet i grupp, har som uppgift att bedöma om ditt barn orkar med gruppgemenskapen eller inte.

Det är viktigt att du som förälder rådgör med personalen om du känner dig osäker. Efter en längre sjukdomstid kan det vara klokt att låta barnet vistas kortare tid i barngruppen de första dagarna. Föräldraförsäkringen ger dig möjlighet att ta ut halva dagar för vård av barn.

Ur *smittosynpunkt* vet man att de flesta infektioner smittar just innan och då sjukdomen bryter ut. Ofta har barnet därför redan smittat sina kamrater, när det upptäcks att barnet är sjukt.

Om du känner dig tveksam till barnets diagnos och behandling kan du kontakta sjuksköterskan på barnvårdscentralen, som gärna ger råd och hjälper dig bedöma barnet.

## Virusinfektioner

De flesta infektioner barn har orsakas av virus. Virusinfektioner smittar i regel redan innan symptomen bryter ut. Ur smittosynpunkt finns det därför ingen anledning att hålla barnet hemma. Det som avgör om barnet ska stanna hemma är dess allmäntillstånd. Har barnet feber? Har sömnen varit dålig? Är aptiten påtagligt nedsatt? Är barnet allmänt hängigt?

## Vattkoppor

Virusinfektion med små vätskefyllda blåsor-koppor. Kopporna kommer i olika stadier, färska blåsor uppträder samtidigt som intorkade koppor. Barn med utbredd klåda löper risk för att få en bakteriell infektion då det kliar sig.

**Inkubationstid:** 14-21 dygn.

### **Hemma?**

Då kopporna torkat kan barnet återgå till barngruppen.

## Vårtor

Vårtor orsakas av virus. De läker oftast av sig självt, men det tar ofta upp till 2 år innan de är borta. Behandlingen kan vara motiverad om vårtorna sitter på besvärligt ställe och/eller blöder.

## Ögoninflammation

Ögoninflammation orsakas vanligen av virus och som en del i en vanlig förkylning. Ibland kan bakterieinfektion tillstå och barnet får då besvärlig svullnad av ögonen och tjockt, varigt sekret, som gör att ögonen måste tvättas upp. Om besvären inte försvinner, trots några dagars urtvättning med vatten, bör man kontakta Vårdcentralen för att ev. få annan behandling.

### **Hemma?**

Bör vara hemma om barnet är allmänpåverkat eller mycket besvärat.

## Öroninflammation

Öroninflammation, förorsakad av bakterier, behandlas med näsdroppar och ev med antibiotika

### **Hemma?**

Då öroninflammation i regel inte smittar kan barnet gå tillbaka till förskolan när det är piggt, även om det fortsätter med ev penicillinbehandling morgon och kväll.

## Förgiftning

För råd och upplysningar ring

**Sjukvårdsrådgivningen** tel: 1177 [www.sjukvardsradgivningen.se](http://www.sjukvardsradgivningen.se)  
eller

**Giftinformationscentralen** tel: 08/ 33 12 31 [www.giftinformationscentralen.se](http://www.giftinformationscentralen.se)

## Mässling-Påssjuka-Röda hund

De flesta barn över 18 månader är vaccinerade mot dessa virusinfektioner. Därför är det idag ovanligt att barn får någon av dessa barnsjukdomar. Många gånger är det svårt att själv ställa diagnos. Därför rekommenderas kontakt med BVC-sköterska, om du misstänker att ditt barn har någon av dessa sjukdomar.

### **Inkubationstid:**

Mässling 10-11 dygn

Påssjuka 7-21 dygn

Röda hund 17-18 dygn

### **Hemma?**

Ja, tills barnets allmäntillstånd medger att barnet återgår till barngruppen. Då det gäller mässling och påssjuka behöver barnet vara hemma minst ett symptomfritt dygn och vara ute innan det återgår till barngruppen.

## Scharlakansfeber

Scharlakansfeber orsakas av streptokockbakterier. Symptomen består av halsont, "smultrontunga", finprickigt utslag samt feber. Behandlas med antibiotika.

**Inkubationstid:** 2-4 dygn.

### **Hemma?**

Ja i minst två dygn med antibiotikabehandling. Åter till barngruppen när allmäntillståndet så medger.

## Snuva

Snuva är i början klar och kan övergå i tjock grön snuva efter en tid. Kortvarig snuva utan allmänpåverkan är inte orsak att hålla barnet från barngruppen. Långvarig klar rinnsnuva kan behöva bedömas av läkare, då den kan ha allergiskt ursprung.

### **Hemma?**

Barn med snuva utan feber eller allmänpåverkan behöver ej vara hemma.

## Svampinfektioner

Svampinfektioner i huden hos barn är ovanliga. Men har man husdjur, typ marsvin, kan barnet få en svampinfektion kallad ringorm. Hudförändringarna är typiska med ringformade rodnader. Behandlingen är ofta långvarig med svampdödande salva.

### **Hemma?**

Nej, barnet behöver inte vara hemma.

## Bakteriella infektioner

Barnets allmäntillstånd är oftare påverkat vid bakterieinfektioner än vid virusinfektioner. Vid bakterieinfektioner kan antibiotikabehandling ibland behövas. Barnet behöver då vara hemma minst 2 dygn för att vara smittfritt och för att allmäntillståndet ska ha normaliserats.

## Riktlinjer för vanliga sjukdomar och symptom

### **Feber**

Barn har något högre kroppstemperatur än vuxna och temperaturen stiger när barnet är i rörelse. Ett febrigt barn bör vara svalt klätt, vistas i svalt rum och få rikligt att dricka.

### **Hemma?**

Barn med feber skall vara hemma. Ofta behövs ett feberfritt dygn innan barnet orkar med full aktivitet i barngruppen. Ungefärlig riktlinje kan vara att morgontemperaturen (före aktivitet) över 38 grader är feber för barn under två år, över 37,5 grader barn mellan två och sju år

Det finns ingen anledning att mäta barnets feber på förskolan. Det är barnets allmäntillstånd som avgör om barnet orkar vara kvar på förskolan. Du som förälder får mäta ev. feber efter hemkomsten och därefter avgöra ditt barns tillstånd och ev. behandling.

### **Halsont**

Halsont beror oftast på en infektion och är vanligen en del i en vanlig virusutlöst förkylning med samtidig snuva. Har barnet hög feber, halsont och är påverkat i flera dagar, kan det vara en bakterieinfektion förorsakad av streptokocker. Om du misstänker detta bör du kontakta din vårdcentral. Streptokocker kan ibland ge besvärliga epidemier inom barngruppen och det är därför bra att du berättar för personalen om ditt barn har streptokockinfektion. Om många barn i gruppen får streptokockinfektion brukar personalen kontakta BVC-sjuksköterskan för rådgivning.

### **Hemma?**

Barnet kan återgå till gruppen efter två dygns penicillinbehandling, förutsatt att barnet då är piggt. Om möjligt önska få medicin som ges morgon och kväll.

### **Hosta**

Flertalet barn får lätt hosta i samband med vanliga förkylningar. Vid lindrig hosta kan barnet delta som vanligt i barngruppen. Vid långvarig hosta finns anledning att diskutera med vårdcentralen, för att utesluta att det rör sig om exempelvis allergi.

### **Hemma?**

Barn med lindrig hosta utan feber kan vistas i barngrupp.

## Hand-fot-mun-sjukdom

Höstblåsor, virusorsakad, har inte med mul- och klövsjukan att göra.

Smittar någon dag innan utslagen kommer.

**Inkubationstid** ca 5 dygn

Smittosamt 1 vecka.

Tillbaka till förskola efter ett dygns feberfrihet, oavsett om barnet har utslag eller ej.

## Huvudlöss

Lusen är 2-3 mm stor och sprids genom direktkontakt. Den enklaste behandlingen består av tvätt med specialsampoo (finns receptfritt på apotek). Därefter ska håret kammats med en "finkam" som kan köpas på apotek. Kamma över en spegel eller ett stort vitt papper så att man lätt kan se lusen och äggen (gnetterna). Se information från apoteket!

Om ett barn upptäcks ha löss bör föräldrarna meddela förskolan. Då barnet är behandlat kan barnet återgå till förskolan. Information bör lämnas från förskolan till övriga barns föräldrar. Barnen i samma barngrupp, bör finkammas 2-3 ggr i veckan i två veckor efter det att smittan upptäckts. Endast barn med löss behandlas.

## Impetigo

Kallas också svinkoppor och är en bakteriell infektion med sår framför allt runt näsan och kring munnen. Behandlingen består i att man tvättar bort skorpan med tvål och vatten ev. även behandla med en receptfri antiseptisk salva

**Hemma?**

Barnet bör vara hemma om infektionen är vätskande.

Åter till barngruppen när utslagen är helt torra.

## Kikhosta

Kikhosta börjar som vanlig förkylning. Efter någon vecka kan hostattacker, kikningar och kräkningar uppträda. Kikhostan smittar mest i början innan de typiska symptomen uppträder, men smittsamheten kan bestå under hela hostperioden.

Idag finns ingen bra behandling mot kikhosta. För barn under ett år rekommenderas antibiotikabehandling i tidigt sjukdomsskede. För spädbarn under 6 månader rekommenderas antibiotikabehandling i förebyggande syfte. Det är därför viktigt att föräldrar till barn i grupp får besked om något barn insjuknat.

**Inkubationstid:** 10-14 dygn. Hos spädbarn kortare.

**Hemma?**

Barnets allmäntillstånd avgör om barnet ska vara hemma. Dålig sömn och kikningar med kräkningar innebär att barnet inte orkar vara med i barngruppen

## Maginfluensa

Symptom är diarréer och/eller kräkningar. Då barnet kan förlora mycket vätska är det viktigt att se till att det dricker ordentligt. Sjuksköterskan på barnavårdscentralen kan ge diétråd.

**Hemma?**

I det akuta skedet ska barnet vara hemma. Då barnets allmäntillstånd så medger kan det återgå till barngruppen men skall ha varit symptomfritt ett dygn, barnet ska då kunna inta fast föda och vara piggt för övrigt. Avföringarna behöver inte vara formade, det kan ibland dröja flera veckor innan de är normala.

## Vinterkräksjukan

Symptom är kräkning, diarré, magont, huvudvärk, yrsel och feber. Inkubationstiden är 12 – 48 timmar. Viruset är synnerligen smittsamt och risk för återinsjuknande finns.

**Hemma?**

I det akuta skedet skall barnen vara hemma. Med tanke på risken för återinsjuknande skall alla i familjen vara symptomfria 2 dygn innan barnet kan återgå till barngrupp.

## Mask

Springmasken är smal, vit, ca 1 cm lång och liknar en bomullstråd. Det vanligaste symptomet är nattklåda. Masken vandrar ner till ändtarmsöppningen under natten och det är därför viktigt med rena underkläder morgon och kväll. Behandlas med Vanquin (receptfri) eller Vermox (receptbelagt). Om barnet trots behandling får tillbaka springmask bör hela familjen behandlas.

Spolmasken liknar en daggmask (10-30 cm lång, gulvit eller rosafärgad). Behandlas med Vermox.

**Hemma?** Nej.

## Mollusker

1-5 mm stora glansiga upphöjningar i huden, som efter några veckor får en liten vaxartad indragning på mitten (navling). Molluskerna orsakas av virus. Barnet smittar sig självt då det kliar sig. Mollusker smittar sällan till andra personer och läker oftast utan behandling.

**Hemma?** Nej.

För mer upplysning se [www.sjukvardsradgivningen.se](http://www.sjukvardsradgivningen.se)