

# När ditt barn blir sjukt!



Denna skrift är framtagen av Smittskydd Skåne  
i samarbete med  
Barnhälsovårdsenheterna i Helsingborg, Kristianstad, Lund och Malmö.

# Innehåll

Till föräldrar med barn i barnomsorgen!	1
Råd vid vanliga symtom	3
Sjukdomar (i bokstavsordning)	5
Hygienråd	13

# *Till föräldrar med barn i barnomsorgen!*

## ● När barnet blir sjukt i barnomsorgen

Om barnet blir sjukt eller om det händer en olycka tar personalen kontakt med föräldrarna. Därför är det viktigt att ni lämnar rätt telefonnummer, så att personalen lätt kan nå någon av föräldrarna.

## ● När är barnet så sjukt att det ska stanna hemma?

Barnets behov är det avgörande för om barnet ska vara hemma. Ett sjukt och hängigt barn bör få ha lugn och ro och någon som kan ge det kärlek, tid och omsorg.

*Barnets allmäntillstånd*, d v s hur barnet äter, sover och orkar, är *i regel avgörande för om barnet kan vistas i barnomsorgen*. Barnet ska orka delta i de vardagliga aktiviteterna (även utomhus) för att vara i barnomsorgen!

Om du känner dig tveksam till vilken sjukdom barnet har och behandlingen av denna, kan du kontakta sjukvårdsrådgivningen/barnavårdscentralen/vårdcentralen. Här ger man dig gärna råd och hjälper dig att bedöma barnet.

## ● Om ditt barn är allergiskt

Det är viktigt för ditt barn att du redan *vid inskolningen informerar personalen* om att barnet har allergi och vilka symtom det får. Lämna gärna en skriftlig information om vad barnet ej tål och hur det ska behandlas vid en eventuell reaktion. Om sjukdomsbilden förändras, glöm inte att berätta detta.

## ● Virusinfektioner

De flesta infektioner hos barn som t ex. förkylningar orsakas av virus. Mot infektioner orsakade av virus har antibiotika (t.ex. penicillin) ingen effekt utan dessa läker ut av sig själv.

## ● Bakteriella infektioner

Infektioner orsakade av bakterier medför ofta att barnets allmäntillstånd blir mer påverkat än vid virusinfektioner. På senare år har spridning av *”resistent”* bakterier skett, vilket innebär att antibiotikabehandling kan ha dålig effekt. Risken att smittas av resistent bakterier är större om barnet ätit antibiotika. I Sverige har Skåne tyvärr högst antibiotikaförbrukning och flest personer drabbade av resistent bakterier. *Barn med vissa sjukdomar måste dock behandlas med antibiotika.* Läkare avgör vilka.

Om barnet får antibiotika är det bäst att barnet får stanna hemma ett par dagar, dels på grund av att barnet ofta är så sjukt att det inte orkar delta i aktiviteterna inom barnomsorgen och dels för att upphöra att vara smittsamt.



# Råd vid vanliga symtom

## ● Diarré/Kräkning

Se maginfluensa sidan 8!

## ● Feber

Det är vanligt att små barn insjuknar plötsligt med hög feber, vilket oftast beror på en virusinfektion. Som feber räknas temperatur 38 grader och däröver (mätt i ändtarmen). Obs! Om temperaturen mäts i armhålan ska 0,5 grad läggas till den temperatur som termometern visar. Vissa barn kan ständigt ha något förhöjd temperatur utan att vara sjuka.

*Hemma? Barn med feber ska vara hemma!* Låt ditt barn också få en feberfri dag hemma innan det återgår till barngruppen.

## ● Halsont

Halsont beror på en infektion i svalget. Små barn kan inte alltid tala om, att de har ont i halsen. Tecken på halsinfektion kan vara, att barnet inte vill äta eller dricka, har feber, kräker och har magont och en del barn dreglar.

Virus är vanligaste orsaken till halsont, ofta med samtidigt snuva och hosta. Halsfluss orsakad av streptokocker ger enbart halsont och feber (se sidan 6).

*Hemma?* Vid halsont med feber ska barnet stanna hemma.

## ● Hosta

En del barn får lätt hosta i samband med vanliga förkylningar. Vid långvarig hosta (någon-några veckor) bör barnet i regel bedömas av läkare.

*Hemma?* Barn med lindrig hosta utan feber kan vistas i barngrupp.



### ● Snuva

Snuva är vid en förkylning i början klar och kan övergå i tjock gul/grön snuva efter en tid. Långvarig klar rinnsnuva kan behöva bedömas av läkare, då den kan bero på allergi. Misstänker du att barnet har petat in något i näsan kontakta vårdcentralen.

*Hemma?* Barn med kortvarig snuva utan feber kan vistas i barngrupp.

# Sjukdomar

## ● Inkubationstid

= Tiden från smittotillfället tills sjukdomen bryter ut.

### ● ”Femte sjukan” (Erythema infectiosum)

Inkubationstid 1-3 veckor.

En oftast lindrig, vanlig virussjukdom med utslag som brukar starta på kinderna för att sedan sprida sig till kroppen. Feber vanligt. Mest smittsam före och vid symtomdebuten. Uppträder oftast under senvintern. Med några års mellanrum ses smärre epidemier.

*Hemma?* Ja, då barnet har feber, men kan återgå då det är feberfritt och orkar vara i barngruppen.

### ● Förkylning (luftvägsinfektion)

Inkubationstiden varierar och är oftast bara någon dag. Orsakas i regel av virus och smittar innan symtomen bryter ut, varför det inte går att förhindra, att denna typ av smitta sprids i en barngrupp.

*Hemma?* Allmäntillståndet är avgörande för om barnet kan vara i barngruppen. Barnet ska orka delta i aktiviteterna.

### ● Giardiainfektion (tarminfektion)

Inkubationstid vanligen 7-10 dagar (3-25 dagar)

Orsakas av en tarmparasit. Sjukdomen kan ibland ge diarré, men kan också ge diffusa symtom som t ex dålig viktuppgång. Barnet bör behandlas, varför läkare ska kontaktas. Barn i en barngrupp kan smitta varandra, varför du ska berätta för personalen, om ditt barn fått denna sjukdom.

*Hemma?* Ja, tills behandlad och symptomfri.

### ● **Halsfluss** (= tonsillit)

Inkubationstid 2-7 dagar.

Halsont och feber. Ofta beläggningar på halsmandlarna. Av och till magbesvär. Halsfluss orsakad av **streptokockinfektion** erbjuds antibiotikabehandling (oftast ges penicillin).

*Hemma?* Ja, i minst 2 dygn efter insatt antibiotikabehandling för att bli smittfri. Barnet kan sedan återgå till barngruppen, då det orkar delta i aktiviteterna.

### ● **”Hand, fot och munsjuka”** (höstblåsor)

Inkubationstid 3-5 dagar.

Virussjukdom, som ger feber samt blåsor i munnen, på händerna och fötterna. Inträffar i slutet av sommaren och i början av hösten varför namnet höstblåsor har föreslagits. Kallas av och till felaktigt ”mul- och klövsjuka”, men har inget samband med denna sjukdom, som endast drabbar djur.

*Hemma?* Ja, då barnet har feber, men kan återgå då det är feberfritt och orkar vara i barngruppen.

### ● **Hepatit A** (gulsotssjukdom)

Inkubationstid 2-6 veckor.

Symtomen är trötthet, aptitlöshet, illamående och magont. Dessutom kan hud och ögonvitor bli gulaktiga. I regel smitta via vatten eller mat vid utlandsresa. Smittar även från person till person, varför risk för smitta inom barngrupp finns. Då någon i gruppen insjuknat får alla barn och all personal i en grupp förebyggande behandling för att inte fler ska insjukna.

*Om ditt barn ska hälsa på bekanta/släktingar utanför Norden bör du i god tid före resan diskutera med läkare om barnet ska vaccineras*

dels för att inte barnet ska insjukna, dels för att förhindra smitta vid hemkomsten.

*Hemma?* Avgörs av barnets läkare.

### ● Hepatit B (gulsotssjukdom)

Inkubationstid 2-6 månader.

Barn smittade vid födelsen eller tidigt i livet kan bli kroniska virusbärare, d v s vara bärare av smittan upp i vuxen ålder. Barnet själv har inga symtom, men viss risk för smitta via blod föreligger, dock mycket liten risk för smitta inom barnomsorgen. Kroniska virusbärare kan därför vistas inom barnomsorgen. Vaccination erbjuds till övriga barn i barngruppen.

*Hemma?* Efter information och vaccination av övriga barn kan barnet vara i barngruppen.

### ● Huvudlöss

Grågula insekter 2-3 mm stora, som sprids genom direktkontakt hår mot hår och som möjligen kan spridas via föremål som kammar, mössor och stereolurar. Äggen, de s k gnetterna, fäster på hårstråna intill hårbotten. Äggen kläcks efter 1-2 veckor och efter ytterligare 10 dagar har larven blivit en äggläggande lus, som kan producera ägg i nästan en månad.

Bara den som har löss ska behandlas. Preparat mot löss köpes på apoteket. Familjen och samtliga barn i barngruppen bör finkammas och inspekteras dagligen i två veckor.



*Hemma?* Nej, inte om behandling görs enligt ovan.



## ● Kikhosta

Inkubationstid 10-14 dagar.

Kikhosta börjar som vanlig förkylning. Efter någon vecka kan host-attacker, kikningar och kräkningar uppträda. Kikhostan smittar mest i början innan de typiska symtomen uppträder. Allmän vaccination av barn återinfördes 1996. Sjukdomen förekommer fortfarande men är ovanligare. Barn under ett år och särskilt barn under 6 månader kan bli svårt sjuka av kikhosta. Om ditt barn får kikhosta ska du informera förskolan så att övriga föräldrar får vetskap om att kikhosta förekommer i barngruppen.

*Hemma?* Barnets allmäntillstånd avgör om barnet ska vara hemma.

## ● Maginfluensa

Plötslig diarré med eller utan kräkningar. Inkubationstiden varierar p g a att besvären kan orsakas av många olika virus/bakterier. Barnet kan förlora mycket vätska, varför det är **viktigt att barnet ges rikligt med dryck!** Kontakta sjukvårdsrådgivning/barnvårdscentral/vårdcentral för råd.

Har barnet varit **utomlands** och varit magsjuk där eller insjuknar inom två veckor efter hemkomsten, ska barnet lämna **avföringsprov**. Detta kan ske via vårdcentralen.

*Hemma?* Barnen ska vara hemma minst en, helst två, dagar efter det att de är friska. **OBS! Barn, som nyligen varit utomlands och har haft/har symptom ska ej återgå till barngruppen förrän de fått svar på avföringsprov** (även om de nu är symptomfria).

## ● Mask

**Springmask** är en vanlig och ofarlig åkomma. Masken är sytrådstunn, vit och cirka 1 cm lång. Det vanligaste symptomet är klåda på kvällen

och natten, då masken vandrar ut och lägger ägg. Masken kan då ses i vecken runt ändtarmsöppningen. Kontakta sjukvårdsrådgivning/barnavårdscentral/vårdcentral angående behandling.

Rengöring av underkläder och sängkläder samt handhygien är viktigt. Om barnet trots behandling får tillbaka springmask bör hela familjen behandlas.

*Hemma?* Nej.

**Spolmask** liknar en dagmask (10-30 cm lång, gulvit eller rosafärgad) och är relativt ovanlig i Sverige. Kontakta sjukvårdsrådgivning/barnavårdscentral/vårdcentral för behandling.

*Hemma?* Nej.

## ● **Mollusker**

Några millimeter stora upphöjningar i huden orsakade av virus. Smittar sällan andra personer. Låker oftast utan behandling.

*Hemma?* Nej.

## ● **Mässling – Påssjuka – Röda hund**

Inkubationstider:

Mässling 10-11 dagar.

Påssjuka och röda hund 2-3 veckor.

Sjukdomarna är numera ovanliga då de flesta barn över 18 månader är vaccinerade mot dessa virusinfektioner. Om du misstänker, att ditt barn har blivit sjuk i någon av dessa sjukdomar kontakta per telefon sjukvårdsrådgivning/barnavårdscentral/vårdcentral.

*Hemma?* Läkare avgör om barnet kan vara i barngruppen.

## ● Scharlakansfeber

Inkubationstid 1-7 dagar.

Halsfluss, feber och ett finprickigt rött utslag framför allt i ljumskar och armhålor. Ofta rödknottrig tunga (s k smultrontunga). **Streptokockinfektion** som antibiotikabehandlas (oftast ges penicillin), varför läkare bör kontaktas.

*Hemma?* Barnet ska vara hemma i minst 2 dygn efter insatt behandling för att bli smittfri. Kan sedan återgå till barngruppen, då det är feberfritt och orkar delta i aktiviteterna.

## ● Skabb

Skabb orsakas av en parasit. Sjukdomen är smittsam och kan överföras bl a via sängkläder. Symtom är klåda, speciellt nattetid, och som följd av detta rivmärken, huvudsakligen på armar och ben. Dessa kan vara svåra att skilja från eksem, varför läkare bör uppsökas.

Hela familjen bör behandlas. Dessutom ska sanering av sängkläder och kläder göras.

*Hemma?* Barnet ska vara hemma 1 dygn i samband med behandling.

## ● Svampinfektioner

Svampinfektioner i huden hos barn kan förekomma, smittas via husdjur som hund, katt, kanin och marsvin. Hudförändringarna är typiska med ringformade rodnader och kallas ”ringorm”. Behandlas med svampdödande salva.

*Hemma?* Nej.

### ● Svinkoppor (=impetigo)

En vanlig och smittsam hudinfektion orsakad av streptokocker/stafylokocker. Uppträder oftast kring mun och under näsan. Börjar som små varfyllda blåsor, som blir större och spricker. Förändringarna täcks ofta av gula fjäll och skorpor. Viktigt att tvätta flera gånger per dag så att skorporna avlägsnas. Mer utbredda förändringar kan behöva antibiotikabehandlas varför läkare bör kontaktas.

*Hemma?* Barnet ska vara hemma tills hudutslagen är helt torra eller om infektionen är utbredd och antibiotikabehandlas i minst 2 dygn .

### ● Vattenkoppor

Inkubationstid 2-3 veckor.

Virusinfektion med vätskefyllda kliande blåsor/koppor. Kopporna kommer i olika stadier. Klådan kan lindras med medicin eller liniment. Barn med svår klåda kan få infektion i huden via kopporna, då det kliar sig. Vaccin finns, men allmän vaccination av småbarn är ej införd.

*Hemma?* Barnets allmäntillstånd avgör när barnet kan återgå till barngrupp.

### ● Vårtor

Orsakas av virus. Låker oftast av sig själv, men det kan ta år.

*Hemma?* Nej.

## ● Ögoninfektion

Variga ögon är ett vanligt problem hos småbarn och orsakas av virus eller bakterier. Ofta uppträder detta tillsammans med snuva och är då en del av förkylningen. Barn med enbart ögonsymtom (röda och variga ögon) bör behandlas med ögontvättningar flera gånger dagligen (ljummet vatten kan användas). Om detta ej hjälpt efter tre dagar kontakta barnavårdscentral/vårdcentral.

*Hemma?* Har barnet röda ögon med samtidig snuva/förkylning, men orkar delta i aktiviteterna, kan det vara i barngruppen. Har barnet däremot variga ögon som klibbar ihop och måste tvättas flera gånger dagligen ska det vara hemma.

## ● Öroninflammation

Öroninflammation orsakas i regel av bakterier och kan behöva behandlas med antibiotika, varför läkare bör kontaktas.

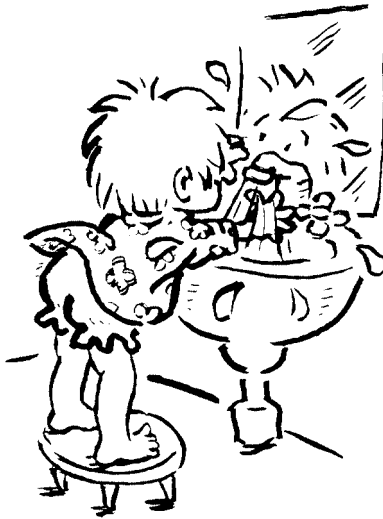
*Hemma?* Då öroninflammation i regel orsakas av i barngrupp vanligt förekommande bakterier, kan barnet återgå då det orkar.

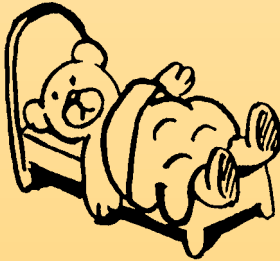


# Hygienråd

*Att tvätta händerna före måltider och efter toalettbesök är en god vana.* Det är viktigt att barnen lär sig detta. Det är vi vuxna som genom goda exempel lär barnen!

I förkylningstider är det viktigt att man använder *engångsnäsdukar/papper*, som sedan kastas. Den som hjälper barnet att snyta sig tvättar sedan händerna. I annat fall kan smittan föras vidare på detta sätt.





"När Ditt barn blir sjukt" är utgiven av  
Smittskydd Skåne  
Malmö, tel. 040-33 71 80  
Kristianstad, tel. 044 -309 16 16

6:e upplagan, mars 2007

Broschyren finns även på: [www.skane.se/smittydd](http://www.skane.se/smittydd)

Teckningar: Anna Friberger  
Layout & original: Ann-Christine Jönsson