

**Kan jeg gå i
barnehagen
i dag ?**

Råd om sykdommer hos barn

Kan jeg gå i barnehagen i dag ?

Brosjyren er først og fremst ment å være en veileder for foreldre som har barn i barnehage, men kan også være et nyttig redskap for barnehagepersonell og helsepersonell.

Idè og utforming hentet fra en lignende brosjyre fra Grefsen-Kjelsås helsestasjon.

Nye referanser er gjengitt til slutt.

Mange infeksjonssykdommer smitter mest akkurat før og like etter at sykdommen er brutt ut. Ofte har barnet allerede smittet sine lekekamerater når vi oppdager at barnet er sykt. Med tanke på smittespredning, er det derfor unødvendig å holde barnet hjemme. Som en hjelp til å vurdere om barnet skal være hjemme kan disse rådene brukes.

Husk at ;

- det er barnets behov for å være hjemme fra barnehagen som er avgjørende (det er ikke foreldrene eller barnehagens behov som skal dekket)
- barnet må ha god allmenntilstand. Det vil si normal appetitt, være feberfri og orke å være med i gruppefellesskapet
- Personalet som daglig ser barnet i en gruppe kan best uttale seg på å bedømme om barnet klarer å være med i gruppefellesskapet eller ikke.
- Foreldre er eksperter på barnet og kan gjøre rette bedømmelsen på hjemmeplan

Kan barnet gå i barnehagen i dag ?

Barnet kan være med i en barnegruppe når det er så opplagt at det orker å være med i de vanlige aktivitetene i barnehagen. Mange ganger kan et barn være aktivt hjemme, men situasjonen kan være annerledes i en gruppe med flere barn.

Det er viktig at du rådfører deg med personalet i barnehagen når du føler deg usikker. Etter lengre tids sykdom kan det være riktig å la barnet være med i barnegruppen kortere tid de første dagene. Hvis du er i tvil om barnets diagnose og behandling bør du ta kontakt med lege for å få råd og hjelp til å bedømme barnet.

Virussykdommer

Smitter ofte like før og etter sykdommen har brutt ut. Det avgjørende for å være hjemme er om barnet er slapt, har feber, nedsatt appetitt eller sover dårlig.

Bakterieinfeksjoner

Allmenntilstanden blir ofte mer påvirket enn ved virusinfeksjon. Barnet kan trenge legekontakt og behandling med antibiotika. I slike tilfeller er det best at barnet er hjemme noen dager, del på grunn av den nedsatte allmenntilstanden.

Barn og kulde

Følgende retningslinjer foreslås :

Det settes en grense for uteaktivitet ved minus 10 grader C, men det må tas hensyn til eventuell vind. Hvor lenge barna skal være ute må vurderes i det enkelte tilfelle. Mange barnehager lar barna være ute i ca. 1 1/2 time ved inntil minus 10 grader men kortes ned til ¾ time når det blåser mye ute.

Det er gunstig å smøre barna med fet / vannfri salve i ansiktet før de går ut i kulden.

Noen råd for å hindre videre smittespredning

Feber

Feber er kroppstemperatur på 37,5 grader C om morgenen og 38,0 grader eller mer om kvelden, målt i endetarmen. Barn får lettere feber enn voksne, og de får ofte høyere feber. Feber er et viktig ledd i kroppens forsvar mot infeksjoner. Det er ingen sammenheng mellom feberens høyde og sykdommens alvorlighetsgrad.

Tiltak mot feber

Et barn med feber bør være lett kledd og opphold seg i et ikke for varmt rom og få rikelig drikke. Kle heller av barnet og bruk et tynt teppe i stedet for dyne. Febernedsettende medisiner virker smertestillende, men for feberens skyld behøver ikke barnet medisiner før feberen er over 39,0 grader. Stikkpiller med paracetamol kan du bruke til små barn og spedbarn med høy feber hvis barnet viser tegn til ubehag. Paracetamol nedsetter feberen, men gjør ikke barnet feberfritt raskere. Ved feber er det en fordel at barnet tar det med ro.

Hjemme ?

Ja, barn med feber skal være hjemme fra barnehagen. La barnet få minst en feberfri dag hjemme hvis det har vært lengre tids sykdom.

Ved høy feber av ukjent årsak.....

Bør du vekke barnet minst et par ganger om natten. Vær spesielt oppmerksom på utslett i form av blodutredelser, små rødfiolette prikker som ikke blir borte når du presser et kjøkkenglass mot huden. Slikt utslett sammen med sløvhets, oppkast og nakkestivhet (bedømmes av lege) kan være tegn på hjernehinnebetennelse.

Hoste

Noen barn får lett hoste i forbindelse med vanlig forkjølelse. Hoste kan for mange forverres ved fysisk aktivitet og man bør holde seg orientert om hvordan barnet greier dagen i barnehagen. Ved langvarig hoste bør barnet bedømmes av lege med tanke på at årsaken f.eks kan være en allergisk reaksjon.

Hjemme ?

Barn med hoste, men uten feber og med god allmenntilstand kan være i barnehagen.

Vondt i halsen

Når vi har vondt i halsen skyldes det ofte en infeksjon i svelget. Små barn kan ikke alltid fortelle at de har vondt i halsen. Tegn på halsinfeksjoner kan være at barnet ikke vil drikke, spise og/eller har feber. I blant forekommer brekninger.

Dersom barnet har vondt i halsen og i tillegg feber mer enn et par dager, kan årsaken være en bakteriell infeksjon forårsaket av f.eks streptokokker. Dette avgjøres av legen. Får barnet denne diagnosen bør du gi beskjed om dette til barnehagepersonalet.

Hjemme ?

Hvis barnet får antibiotikakur, bør det holdes hjemme i en dag etter at behandlingen er startet, videre fravær vurderes ut i fra hvilken sykdom barnet har, og /eller barnets allmenntilstand. Barnet kan begynne i barnehagen igjen selv om medisinkuren ikke er avsluttet.

Forkjølelse / snørr

Snørr er i begynnelsen klart og kan gå over til tykt, grønn snørr etter en tid.

Hjemme ?

Ved snørr hos barn som ellers ikke er påvirket med nedsatt allmenntilstand eller feber, er det ingen grunn til å holde det hjemme fra barnehagen.

Øyeinfeksjon

Øyeinfeksjoner opptrer oftest i forbindelse med forkjølelser og går over av seg selv. Man gjør rent i og omkring øynene ved å tørke eller skylle med rent vann eller fysiologisk saltvann. Husk alltid å tørke fra tinningssiden og mot nesen.

Det er viktig med god håndhygiene når en har å gjøre med et barn med øyeinfeksjon. Lege avgjør om det skal behandles med antibiotikakur (øyedråper eller salve).

Hjemme ?

Barn som får antibiotikabehandling kan gå i barnehage dagen etter at behandling er igangsatt.

Omgangssyke

Symptomene er diare og / eller brekninger. Barnet kan tape mye væske, og det er derfor viktig å passe på at det drikker mye. Lege eller helsesøster kan gi råd.

Hjemme ?

Barnet skal være hjemme fra barnehagen i det akutte stadiet. Når allmenntilstanden tilsier det, kan barnet vende tilbake. Avføringen behøver ikke være helt fast. Det kan ta opptil flere uker før avføringen igjen er normal.

Ørebetennelse

Ørebetennelse forårsakes av bakterier eller virus. Diagnosen stilles av lege. Behandlingen er i første omgang nesedråper og smertestillende. Antibiotikabehandling kan bli nødvendig.

Hjemme ?

Dersom allmenntilstanden er upåvirket kan barnet vende tilbake til barnehagen selv om antibiotikabehandlingen nettopp er begynt.

Mollusker

1-5 med mer blanke opphøyninger i huden som etter noen uker får en inndragning på midten. Mollusker forårsakes av virus og barnet smitter seg selv når det klør. Tilstanden helberedes oftest uten behandling.

Hjemme ?

Nei, barnet kan være i barnehagen.

Vorter

Vorter forårsakes av virus. Helbredes oftest av seg selv, men det kan ta opp til 2 år før de forsvinner. Behandling kan være nødvendig dersom vortene sitter på utsatte steder og / eller blør.

Hjemme ?

Nei, barnet kan være i barnehagen.

Soppinfeksjon

Det er uvanlig at barn har soppinfeksjon i huden. Hvis man har husdyr f.eks marsvin kan barnet få en soppinfeksjon ; "ringorm". Hudforandringene er typiske med ringformet utslett. Behandlingen er ofte langvarig med soppdrepende salve.

Hjemme ?

Barnet skal være hjemme inntil behandlingen er gjennomført.

Skabb

Skabbmidden graver seg ned i huden og gir etter noen uker intens kløe og utslett. Diagnosen kan være vanskelig, og bør helst være stilt gjennom påvisning av skabbmidd.

Hjemme ?

Barnet skal være hjemme inntil behandling er gjennomført.

Hodelus

Lusa er 2-3 mm mer stor og spres gjennom direkte kontakt. Behandles med et spesielt middel som er til salgs på apoteket uten resept. Hele familien må undersøkes. Det er nok at de som er angrepet blir behandlet. Barn bør kontrolleres jevnlig for lus. Sengeklær og klær som er i kontakt med håret må vaskes ved 60 grader i ca. 5 minutter.

Hjemme ?

Barnet må være hjemme inntil førstegangsbehandling er gjennomført.

Småmark

Småmark er smal, hvit og ca. 1 cm lang. Ligner en bomullstråd. Det vanligste symptomet er nattekløe rundt endetarmsåpningen. Behandles med ormemiddel som kan kjøpes på apoteket uten resept, eller etter behandling på resept fra lege.

Hjemme ?

Kan gå i barnehagen dagen etter påbegynt behandling.

Brennkopper

Dette kalles også Impetigo og er en bakteriell infeksjon forårsaket av streptokokker og stafylokokker med sår rundt nese og munn eller andre steder. Sårsalve er effektiv behandling i de fleste tilfeller, men senere antibiotikakur kan bli nødvendig.

Hjemme ?

Barn med brennkopper bør være hjemme hvis infeksjonen er utbredt og blir behandlet med antibiotika (unntatt lokal antibiotikabehandling). Barnet kan gå i barnehagen en dag etter påbegynt behandling.

Skarlagensfeber

Skarlagensfeber forårsakes av streptokokkbakterier. Symptomene består av vondt i halsen, med "bringebærtunge", finprikket utslett og feber. Behandles med antibiotika. Diagnosen kan være vanskelig.

Hjemme ?

Barnet skal være hjemme minst en dag etter at antibiotikabehandlingen er påbegynt. Tilbake til barnehagen når allmenntilstanden tillater det.

Kikhoste

I Norge vaksineres barn vanligvis mot kikhoste ved 3, 5 og 11-12 mnd. alder. Den kunstige immuniteten vedlikeholdes ikke med vaksinasjoner i småbarnsalderen. Større barn som får kikhoste, får lettere symptomer. I 1997 hadde vi et større landsomfattende utbrudd av kikhoste som spesielt rammet større barn og ungdom. Kikhoste smitter mest i begynnelsen før det typiske symptomet "kiking" oppstår, men det kan være en viss smittefare under hele sykdomsperioden. Det er derfor viktig å gi personalet beskjed dersom barnet får diagnostisert kikhoste slik at uvaksinerte barn i barnehagen kan få vaksine evt. antibiotikabehandling.

Ta kontakt med fastlegen ved mistanke om kikhoste.

Hjemme ?

Ved behandling tidlig i sykdomsforløpet er barnet vanligvis smitteførende fem dager etter igangsatt antibiotikabehandling. Barnet bør derfor være hjemme fra barnehage eller skolen i samme periode. Ved behandling senere i sykdomsforløpet vil smittsomheten være betydelig mindre, og barn kan derfor gå i barnehage / skole dagen etter igangsatt behandling. Barnets allmenntilstand avgjør om det fortsatt skal være hjemme. Dårlig søvn på grunn av kiking og brekninger innebærer ofte at barnet ikke orker å være i barnehagen.

Meslinger - kuma - røde hunder

De fleste barn over 15 måneder er vaksinert mot disse virussykdommene. Det er derfor uvanlig at disse sykdommene opptrer hos barn i dag. Man bør ta kontakt med lege for å få stilt diagnosen ved utslett hos barnet. Ta kontakt med barnehagen slik at uvaksinerte barn kan vaksineres.

Hjemme ?

Barnet bør være hjemme i sykdomsperioden, og kan begynne i barnehagen igjen så fort som allmenntilstanden tilsier det.

Vannkopper

Vannkopper er en virussykdom med små væskefylte blemmer (kopper). Disse kommer i ulike stadier. Ferske blemmer opptrer samtidig med inntørkede. Barn med utpreget kløe risikerer å få en bakteriell infeksjon der det klør seg.

Hjemme ?

Barnet kan gå i barnehagen når siste vannkopp har tørket inn. Dersom barn eller søsken til barn i barnehagen har kreft eller immunsvikt, skal disse foreldrene og kommunehelsetjenesten umiddelbart informeres ved mistanke om vannkopper i barnehagen.

Flått.

Skogflåtten er vanlig langs kysten av Norge opp til Helgeland. Vanlige vertsdyr er mus, hare, rådyr, hjort, storfe og kjæledyr som katt og hund. Flåtten klatrer opp på gress og lyng og fester seg til dyr eller mennesker som går forbi. Flåtten hopper ikke ned fra trærne.

Flått som fjernes innen ett døgn etter at den har bitt seg fast, overfører sjelden sykdommer. Bruk helst pinsett. Ta tak helt inne ved huden og dra rett ut.

Flått kan spre flere bakterie- og virussykdommer. Sykdommen som overføres hyppigst med flåttbitt i Norge er Lyme borreliose. Sykdommen behandles med antibiotika. I sjeldne tilfeller kan nervesystemet, enkelte ledd eller hjertet angripes. Ved smitte kan man få et utslett som sprer seg ringformet utover huden. Dette kan oppstå i løpet av 3 til 30 dager etter at man er blitt bitt. Det er da viktig å kontakte lege. (ref. fra publikasjonshefte utgitt av Folkehelseinstituttet.)

Referanser : Smittevern 1. Smittevernhåndbok for kommunehelsetjenesten 1999 - 2000. Folkehelse.

Gode råd. Når barnet ditt har feber.
Brosjyre. Norges Apotekerforening. 1995

Syke barn og barnehager.
Oppslag til barnehager og lignende.
Statens helsetilsyn og folkehelse.

Odda helsestasjon, januar 2001.