

# Vanliga sjukdomar A-Ö

## **Diarré och kräkningar** ("maginfluensa", "magsjuka")

Inkubationstiden för tarminfektioner varierar eftersom de kan orsakas av olika virus, bakterier eller parasiter. Virus är den vanligaste orsaken, särskilt calicivirus som orsakar vinterkräksjuka, och kan ge upphov till besvärliga utbrott med många sjuka.

Smittsamheten vid magsjuka är i allmänhet stor, särskilt under den tid man har diarréer och kräkningar. De flesta tarminfektioner är självläkande. Barn med diarréer och kräkningar kan förlora mycket vätska, varför det är viktigt att ge barnet rikligt med dryck. Har barnet blodiga diarréer ska sjukvården kontaktas. Har barnet nyligen varit utomlands och har lös avföring bör avföringsprov lämnas. Detta kan ske via vårdcentralen.

### **Hemma? Ja!**

I det akuta skedet ska barn med magsjuka vara hemma. Barnet kan återgå till förskolan när diarré-er och kräkningar har upphört, det har ätit normalt och är piggt och feberfritt. Vid fall av vinterkräksjuka rekommenderas två dygns (48 timmar) symtomfrihet före återgång till förskolan eftersom smittsamheten är så stor. I magsjuketider kan smittspridningen inom förskolan begränsas genom att även syskon till sjuka barn stannar hemma.

## **Feber**

Det är vanligt att små barn plötsligt insjuknar med hög feber, vilket oftast beror på en virusinfektion. Som feber räknas en temperatur på 38 grader och däröver. Att mäta temperaturen i ändtarmen är mest tillförlitligt. Örontermometrar är snabba och smidiga, men måste sitta rätt i örat för att ge ett säkert resultat. Mycket vax i barnets öra kan ge ett osäkert värde. Obs! Om temperaturen mäts under tungan ska 0,5 grad läggas till, mäter man i armhålan lägger man till en grad.

### **Hemma? Ja!**

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

## **Femte sjukan** (Erythema infectiosum)

Inkubationstid 1-3 veckor. En vanlig och oftast lindrig virussjukdom med utslag som brukar starta på kinderna för att sedan sprida sig till kroppen. Feber är vanligt. Infektionen läker ut av sig själv. Smittsamheten är störst direkt före och vid symtomdebuten. Uppträder oftast under senvintern. Med några års mellanrum ses mindre epidemier.

### **Hemma? Ja!**

Barnet ska vara hemma vid feber, men kan återgå då det är feberfritt och orkar vara i barngruppen.

### **Förkylning** (övre luftvägsinfektion)

Varierande inkubationstid, oftast bara någon dag. Förkylning är den vanligaste infektionen hos barn. Förkylningen är godartad, men smittsam och läker vanligen ut av sig själv inom 1-2 veckor. Smittar både via luften (hosta och nysningar) och som kontaktsmitta (via händer) orsakas 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 avgör**

Allmäntillståndet är avgörande för om barnet kan vara i barngruppen. Barnet ska vara feberfritt och orka delta i aktiviteterna.

### **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, kräks och har magont. En del barn dreglar. Virus är den vanligaste orsaken till halsont, ofta med samtidig snuva och hosta. Halsfluss orsakad av streptokocker ger enbart halsont och feber (se halsfluss).

#### **Hemma? Allmäntillståndet avgör**

Vid halsont med feber ska barnet stanna hemma.

Inkubationstid = tiden från smittotillfället tills sjukdomen bryter ut

### **Halsfluss** (Tonsillit)

Inkubationstid 2-7 dagar. En infektion i halsmandlarna som beror på bakterier eller virus. Halsont, feber och svårt att svälja. Ofta kan man se beläggningar på halsmandlarna. Halsfluss orsakad av streptokocker behandlas ibland med antibiotika (oftast penicillin) vid svåra besvär.

#### **Hemma? Ja!**

Barnet ska vara hemma i minst två dygn efter insatt antibiotikabehandling för att bli smittfri. Barn i övrigt återgår till barngruppen då de orkar delta i aktiviteterna.

### **Hosta**

Den vanligaste orsaken till hosta är förkylningsvirus, men besvären kan också bero på till exempel RS virus eller bakterier. Eftersom barn ofta är förkylda de första åren är det också vanligt att de får hosta. Själva hostan är en skyddsreflex som hjälper till att rensa luftvägarna

från slem och damm eller annat som irriterar. Hosta ska därför inte dämpas i onödan. Oftast går hosta över av sig själv även om det kan dröja flera veckor. Hosta i sig är inte farligt men ibland kan den bero på någon sjukdom som behöver behandlas med antibiotika eller andra mediciner. Det som avgör om man ska söka vård beror inte i första hand på själva hostan utan på hur barnet mår i övrigt och vilka andra symtom barnet har.

### **Hemma? Allmäntillståndet avgör**

Allmäntillståndet är avgörande för om barnet kan vara i barngruppen. Barn med hosta utan feber kan vistas i barngrupp om det i övrigt orkar delta i aktiviteterna.

### **Huvudlöss**

Huvudlöss lever endast på människa och överförs via huvud-till-huvudkontakt. Lusen kan inte flyga eller hoppa och överlever högst något dygn utanför hårbotten. Huvudlöss sprider inte sjukdomar och har inget samband med dålig hygien. Risken att smittas genom att man byter mössor eller använder samma kammar eller hårborstar är mycket liten.

Lusen är 2-3 mm lång. Äggen, de så kallade 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. Endast personer med konstaterade löss eller lusägg behandlas med särskilt medel som finns på apotek. Regelbunden luskamning under två veckor efter behandling. Familjen och samtliga barn i barngruppen bör finkammas och inspekteras dagligen i två veckor.

### **Hemma? Nej!**

Barnet behöver inte vara hemma om behandling görs.

### **Höstblåsor ("Hand-, fot- och munsjuka")**

Inkubationstid 3-5 dagar. Lindrig och vanlig virussjukdom bland barn. Blåsor i munnen, på händerna och fötterna. Feber och illamående kan också förekomma. En del barn får inga symtom alls. Trots symptom från mun, händer och fötter har sjukdomen ingenting med djurens allvarliga mul- och klövsjuka att göra!

### **Hemma? Ja!**

Barnet ska vara hemma vid feber, men kan återgå då det är feberfritt och orkar vara i barngruppen.

### **Mask**

Inkubationstiderna varierar, springmask 3-7 veckor och spolmask cirka två månader. Springmask är en vanlig och ofarlig åkomma. Masken är sytrådstunn, vit och cirka en 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. Även symtomfria fall förekommer. Springmask behandlas med en engångsdos receptfritt läkemedel. Hela familjen bör behandlas samtidigt eftersom övriga familjemedlemmar oftast också är smittade. Maskens ägg kan leva vidare utanför kroppen i ett par veckor. Därför bör hela familjen ta en ny engångsdos efter två till tre veckor. Rengöring av underkläder och sängkläder samt handhygien är viktigt. Vid oklarhet eller återkommande besvär kontakta sjukvården.

**Spolmask** liknar en daggmask (10-30 cm lång, gulvit eller rosafärgad) och är relativt ovanlig i Sverige. Kontakta sjukvården angående behandling. Aldrig smittsam mellan personer.

**Hemma? Nej!**

## **Mollusker**

Mollusker kännetecknas som några millimeter stora upphöjningar i huden och är orsakade av virus. Smittar sällan andra personer. Försvinner förr eller senare utan behandling.

**Hemma? Nej!**

## **Scharlakansfeber**

Inkubationstid 1-7 dagar. Halsfluss, feber och finprickiga röda utslag framför allt i ljumskar och armhålor. Ofta röd-knottrig tunga (s.k. smultrontunga). Scharlakansfeber är en streptokockinfektion som behandlas med antibiotika (oftast ges penicillin), varför läkare bör kontaktas.

**Hemma? Ja!**

Barnet ska vara hemma i minst två dygn (48 timmar) efter insatt behandling för att bli smittfritt. Barnet 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 bland annat överföras via kläder och sängkläder. Det är ovanligt med spridning av skabb inom barnomsorgen. Symtomen är klåda, speciellt nattetid, och som följd av klådan uppstår rivmärken, huvudsakligen på armar och ben. Dessa kan vara svåra att skilja från eksem, varför läkare bör uppsökas. Behandlingen består av en receptfri salva som smörjs in över hela kroppen. Hela familjen bör behandlas. Dessutom ska sanering av sängkläder och kläder göras.

**Hemma? Ja!**

Barnet ska vara hemma ett dygn i samband med behandling.

## Snuva

Snuva är det vanligaste symtomet vid förkylning. Från början är den klar och tunn och kan övergå i tjock gul/grön snuva efter en tid. Färgen har ingen betydelse för om barnet ska vara i förskolan eller inte. Tjock gul snuva är heller inget skäl till att behandla med antibiotika. Om den tjocka snuvan bara kommer från ena näsborren kan barnet ha petat in något i näsan. Då bör du kontakta vårdcentralen. Långvarig vattentunn snuva kan bero på allergi.

### Hemma? **Nej!**

Barn med snuva (oavsett färg) utan feber kan vistas i barngrupp om det i övrigt är piggt och orkar delta i aktiviteterna på förskolan.

## Svampinfektioner

Svampinfektioner i huden kan förekomma hos barn. Smitta sker vid kontakt med husdjur som hund, katt, kanin och marsvin. Hudförändringarna är typiska med ringformade rodnader och kallas "ringorm". Behandlas med svampdödande salva.

### Hemma? **Nej!**

## Svinkoppor (impetigo)

Inkubationstid på 2-3 dagar. En vanlig och mycket smittsam hudinfektion orsakad av bakterier som streptokocker och/eller stafylokocker. Uppträder oftast i ansiktet, men kan förekomma på hela kroppen. Börjar som små varfyllda blåsor, som blir större och spricker. Förändringarna täcks ofta av gula fjäll och skorpor. Blöt upp och tvätta rent med tvål och vatten flera gånger per dag så skorporna försvinner. Man kan även komplettera med klorhexidinlösning som har antibakteriell effekt. Kontakta sjukvården om kvarstående besvär efter en vecka eller stora utbredda förändringar. Antibiotikasalva kan då ges. Utbredda förändringarna kan behöva antibiotika i tablett eller flytande form.

### Hemma? **Ja!**

Barnet ska vara hemma tills utslagen är helt torra.

## Tredagarsfeber

Inkubationstid 5-10 dagar. Tredagarsfeber är en virusinfektion som främst drabbar barn mellan sex månader och tre år. Barnet får ofta hög feber som kommer snabbt och försvinner efter cirka tre dagar. Eventuellt har det också lätta förkylningssymtom. Trots hög feber är barnet sällan speciellt sjukt. När febern gått ner får barnet blekröda utslag på magen som sedan sprider sig vidare på kroppen. Utslagen kliar inte och försvinner på några dagar. Ingen särskild behandling behövs. Barnet är måttligt smittsamt under feberperioden

### Hemma? **Ja!**

Barn med feber ska vara hemma. Barnet kan sedan återgå till barngruppen då det är feberfritt och orkar delta i aktiviteterna.

## Vattenkoppor

Inkubationstid i regel två veckor (10-21 dagar). Vattenkoppor är en virusinfektion med vätskefyllda kliande blåsor (koppor). Hög smittsamhet. Smittar från 1-2 dagar före till en vecka efter att utslagen startat. Kopporna kommer i olika stadier. Klådan kan lindras med medicin eller liniment. Barn med svår klåda kan få infektion i huden via kopporna, då barnen kliar sig. Vaccin finns, men allmän vaccination av småbarn är inte införd.

### Hemma? **Ja!**

Barnet är smittfritt när krustorna torkat in. Barnets allmäntillstånd avgör när barnet kan återgå till barngrupp.

## Vårtor

Inkubationstiden är flera månader. Vårtor orsakas av virus. Smittar via direktkontakt eller indirekt via fuktiga och våta ytor, som i badrum, badhus och omklädningsrum. 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 kommer ögoninfektionen i samband med förkylning. Tårkanalen utgör en förbindelse mellan luftvägarna och ögat, vilket möjliggör transport av förkylningsvirus och bakterier till ögonen. Det blir som en "snuva i ögat". Ögoninfektioner är smittsamma, och sprids på samma sätt som andra förkylningsvirus och luftvägsbakterier – via luft- och kontaktsmitta. Den viktigaste behandlingen är rengöring! Ögonen ska tvättas flera gånger per dag med ljummet vatten. De flesta ögoninfektioner läker ut av sig själva inom en vecka. Om besvären är uttalade eller långvariga (över en vecka) kontakta barnavårdscentral/vårdcentral.

### Hemma? **Ja** och **Nej**

Ja, om barnet har kraftig varbildning från ögat som kräver rengöring flera gånger per dag ska barnet vara hemma. Förskolepersonalen ska inte behöva sköta upprepade tvättningar av kladdiga ögon.

Nej, barn med lindriga besvär kan vara på förskolan. Det är i princip omöjligt att utesluta spridning av förkylningsvirus och luftvägsbakterier i en barngrupp. Dessutom har smittspridning ofta skett innan barnets ögoninfektion brutit ut. Ur smittosynpunkt vinner man inte mycket på att hålla barnet hemma om besvären är lindriga och allmäntillståndet i övrigt är gott.

## Öroninflammation

Öroninflammation orsakas i regel av bakterier, och föregås ofta av några dagars förkylning. Infektionen läker hos de flesta barn ut utan behandling. Smärtstillande medicin kan behövas under något dygn. I vissa fall krävs behandling med antibiotika. Rådgör med sjukvården.

### Hemma? **Allmäntillståndet avgör**

Barnets allmäntillstånd avgör när barnet kan återgå till förskolan. Öroninflammation smittar inte. Det gör däremot de bakterier som ligger bakom inflammationen, liksom förkylningen.

**Inkubationstid** = tiden från smittotillfället tills sjukdomen bryter ut

**För mer information kontakta Vårdguiden** (Sjukvårdsrådgivning och allmän information) Tel: 08-320 100