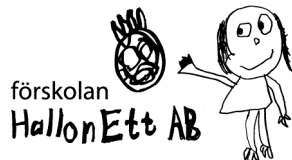


# ”Smitta i förskolan”

Med hopp om en frisk tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt



## Smitta i förskolan

2006-08-22      Antagen  
Reviderad

2009-04-30

### Innehållsförteckning

Sid

2	Allmän information
5	Egenkontroll
6	Förskolans hygienrutiner
8	Här finns mer information
9	Diarré och kräkningar
10	Vinterkräksjukan
11	Feber
12	Förkylning
13	Influensa
14	Den nya influensan
16	Löss
17	Springmask
18	Tandborstning
19	Vattkoppor
21	Ögoninformation
23	Öroninflammation



## Smitta i förskolan

Antagen  
2006-08-22  
Reviderad

2009-04-30

### Allmän information

I tider med mycket förkylningar och maginfluensa vill vi med denna information beskriva lite om problem som uppstår i samband med sjukdomar på förskolan och i familjerna. Smitta går runt och samma barn, förälder, personal blir sjuka flera gånger om. Vi vuxna tar olika ställningstaganden när vi anser någon vara sjuk eller frisk och detta kan nog ingen ändra på. Kanske kan man ändå ha någon slags gemensam policy i denna svåra fråga. Därför har vi tagit kontakt med en smittskyddssköterska på Ryhov och vi har också läst på Smittskyddsinstitutets hemsida. Se rekommendationer i pärmen som finn i varje hall på förskolan.

Vi vill inte och kan inte heller föreskriva i varje enskilt fall hur var och en skall agera, den kunskapen har inte vi. Detta ställningstagande måste var och en ta och då kan informationen i pärmen vara vägledande.

Förskolan har vidtagit ett antal åtgärder för att vi på allra bästa sätt skall kunna medverka till att smitta inte sprids. Vi har bland annat skrivit hur alla som använder skötborden skall agera, hur vi hanterar tandborstar och när vi under perioder inte borstar barnens tänder, hur viktigt det är med handhygien etc. Vi tar ställning i varje enskilt fall när vi kontaktar föräldrarna och det handlar i de fallen vi kontakter föräldrarna att vi ser att barnet allmäntillstånd är sådant att de inte orkar med att vara i barngruppen på förskolan. Det är viktigt för oss att ha en nära dialog med er föräldrar för att vi för allas skull ska undvika så långt det är möjligt att smitta sprids.

En grundregel är att den som är sjuk håller sig hemma för att inte smitta andra och det gäller särskilt för vinterkräksjukan. Den är så smittsam att det räcker med enstaka virus för att smitta många.

Använd tvål och vatten vid toalettbesök och i köket. För att vara extra försiktiga använder vi även handsprit.

I en rapport från Socialstyrelsen "Smitta i förskolan" står det att spridning av infektioner i småbarnsgrupper inom förskolan går inte helt att undvika. När det gäller vissa infektioner kan det barn som har infektionen ibland sakna sjukdomssymtom, eller endast ha så svaga tecken på sjukdom att varken föräldrar eller förskolepersonal misstänker att en infektion har startat. Trots avsaknaden av symtom kan smittan (virus, bakterier eller parasiter) ändå föras vidare till andra personer i gruppen. Men om föräldrar och personal har kunskap om de vanliga infektionssjukdomarna i förskoleåldern och om hur de smittas, är det möjligt att hindra onödig smittspridning eller oro för smittspridning. På så sätt kan man kanske också undvika diskussioner om vems fel det är då flera smittas av en infektion på en förskola.

Många gånger kan föräldrar känna sig osäkra om vad som är bäst för barnet. På samma sätt kan också personalen vara osäker på vad som är bäst för barngruppen. Det är dock omöjligt att ge råd som passar alla barn, barnfamiljer och förskolor. Barn är olika och kan också reagera olika på samma smittoämne. Infektioner kan dessutom utvecklas på olika sätt hos olika barn. En del barn blir ordentligt sjuka och mår uppenbart dåligt av en infektion, medan andra barn inte alls blir särskilt sjuka, trots att det rör



## Smitta i förskolan

2006-08-22

Antagen

Reviderad

2009-04-30

sig om samma typ av infektion, och mår inte heller dåligt av den på samma sätt. Även tillfrisknandet kan ske olika snabbt.

Föräldrar lär sig dock ofta med tiden att uppfatta när barnet är på väg att bli sjukt eller när det inte är helt återställt från en infektion. Det gäller därför att använda sig av denna kunskap när föräldrar och förskolepersonal ska ta ställning till om barnet kan delta i barnomsorgsverksamheten, eller om det bör stanna hemma och tillfriskna.

En tumregel är att pigga barn som har god aptit sannolikt är friska.

Friska barn har också ett "gott allmäntillstånd". Ett gott allmäntillstånd är ett vanligt uttryck i medicin och beskriver om en person ser ut att vara frisk. Barnets "dagsform" är också avgörande för när det kan återgå till förskolan efter en infektion. Med dagsform menas att barnet bör ha krafter för att vara tillsammans med andra barn (och personal) samt äta, leka och lära, även om det sker utomhus.

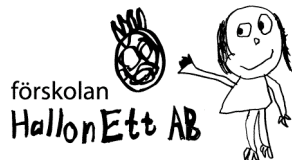
Generellt bör föräldrar och förskolans personal ta hänsyn till följande faktorer:

- Låt barnets allmäntillstånd avgöra om det kan återgå till förskolan vid eller efter en infektion.
- Med ett gott allmäntillstånd menas att barnet ska vara piggt, feberfritt<sup>1</sup> och orka delta i förskolans normala aktiviteter, som också kan innebära utomhusvistelse i flera timmar.
- Ett feberfritt dygn hemma är en bra tumregel.

Utevistelse kan ge flera positiva effekter på barns hälsa. Man kan bland annat anta att smittspridningen mellan barn i en grupp minskar när de är utomhus, eftersom barnen då inte är så tätt inpå varandra. Smittdoserna blir också mindre eftersom de då späds ut i den stora luftvolymen. Utevistelse är därför en friskfaktor.

Med hopp om en frisk tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt



## Smitta i förskolan

2006-08-22 Antagen  
Reviderad

2009-04-30

### Egenkontroll

För barn och vuxna är det viktigt med en god inomhusmiljö och att vi inte utsätts för hälsorisker. Egen kontrollen är ett verktyg för att se till att vi lever upp till miljöbalkens grundläggande krav på resurshushållning och att vi tar hänsyn till god hälsa och miljö. Kraven för verksamheten finns i förordningen om verksamhetsutövarens egenkontroll (SFS:1998:901).

Genom egenkontrollen kan vi motverka och förebygga olägenhet för vår hälsa och påverkan av miljön. En väl fungerande egenkontroll ger goda förutsättningar för att utrustning felaktiga rutiner eller andra brister upptäcks innan de orsakar besvär, hälsoproblem eller miljöpåverkan.

När åtgärder vidtagits skall de dokumenteras. Anmälan görs vid varje tillfälle till Per Alnervik, förskolechef.

### Miljöbalken

Miljöbalken syftar till att främja en hållbar utveckling, vilken är en förutsättning för en bra miljö nu och i framtiden. Viktigt i miljöbalken är bland annat hushållningsprincipen och utbytesprincipen. Det innebär att alla som bedriver verksamhet ska hushålla med råvaror och energi samt utnyttja möjligheten till återanvändning och återvinning.

### Ansvar

Det är arbetsgivarens ansvar att det finns en fungerande egenkontroll. Men det är viktigt att fördela ansvaret bland all personal och att alla är delaktiga i arbetet. Det ska vara tydligt vem som ansvarar för vad och vem som ansvarar för åtgärder i olika situationer.

Exempel på rutiner som bör ingå i egenkontrollen:

Skötsel och underhåll

Städrutiner

Hygien- och smittskyddsrutiner, viktigt till exempel vid blöjbyten.

Rutiner för olyckor och tillbud

Hantering av avfall

### Risker

Risker med verksamheten ska fortlöpande bedömas ur hälso- och miljösynpunkt. Utifrån bedömningen ska man sedan vidta åtgärder för att minska riskerna. Vidtagna åtgärder skall dokumenteras.



## Smitta i förskolan

2006-08-22 Antagen  
2009-04-30 Reviderad

### Förskolans hygienrutiner

### Handhygien (handtvätt, handsprit och handskar)

#### Handtvätt för barn

Exempel på när barn behöver tvätta händerna är:

- när händerna är smutsiga
- efter toalettbesök/blöjbyte
- före varje måltid, dukning och servering
- före medverkan vid bakning/matlagning. Om barn medverkar är det viktigt att detta sker i enlighet med livsmedelslagstiftningen.
- efter utevistelse
- efter att barnet snutit sig

Det är lämpligt att låta barnen tvätta händerna under vuxens uppsikt. På blöjbarn tvättas händerna efter blöjbyte.

#### Handtvätt för personal

Exempel på när personal behöver tvätta händerna är:

- efter toalettbesök
- efter blöjbyte och hjälp vid barns toalettbesök
- före varje måltid, dukning och servering
- före matlagning/bakning
- efter utevistelse
- efter att man snutit sig
- efter att man hjälpt ett barn att snyta sig
- efter hantering av smutstvätt

#### Handsprit för personal

När ingen smuts är synlig på händerna kan handsprit ersätta tvål och vatten. Handsprit är återfettande och skonsamt för händerna. I vissa situationer behöver personalen använda handsprit för att minska risken för smitta, se *Smitta i förskolan - en kunskapsöversikt*, Socialstyrelsen 2008. Händerna ska lufttorkas efter att handsprit använts.

#### Handskar

Exempel på när engångshandskar behöver användas:

- vid blöjbyte
- vid kontakt med diarré, kräkningar och blod
- vid städning av hygienutrymmen, extra viktigt i samband med infektionsutbrott
- vid utbrott av smitta - epidemier

Händerna desinficeras med handsprit efter att handskar tagits av och slängts

## Smitta i förskolan

2006-08-22 Antagen  
2009-04-30 Reviderad

### Blöjbyte

Engångshandskar, engångsunderlägg, engångshanddukar och handsprit behöver finnas inom räckhåll.

- Blöjbytet utförs på skötbord med avtorkningsbar dyna (som tål desinfektionsmedel) och engångsunderlägg
- Handfat och rinnande vatten behöver finnas i skötrummet
- Vid blöjbytet används engångshandskar
- Barnen tvättas och torkas med engångstvättlappar
- Dynan torkas av med ytdesinfektion efter varje blöjbyte
- Blöjorna kastas i hink med lock som står oåtkomlig för barnen
- Handdesinfektion behöver utföras efter att skyddshandskar tagits av och slängts
- Skötbord inklusive tvättho behöver rengöras med rengöringsmedel varje dag

### Barnens toalettbesök

- När man hjälpt barn vid toalettbesök är det viktigt att tvätta händerna efteråt
- Det är lämpligt att barnen tvättar händer under vuxens uppsikt

### Lek i vatten

Vattenlek i baljor och små bassänger är olämpligt ur smittskyddssynpunkt, när vi ändå använder baljor byt vatten efter varje användning. Vattenspridare är att föredra.

### Måltider och matlagning/bakning

Vid all livsmedelshantering ska livsmedelslagstiftningen och hygienrutiner kring detta följas. När det gäller barns eventuella medverkan vid matlagning och bakning så är det viktigt att detta sker i enlighet med livsmedelslagstiftningen.

### Förkylning och hosta

- Om barnen lär sig att nysa och hosta i armvecket – inte ut i luften, i handen eller på varandra, så minskar risken för smittspridning.
- Om man hjälper barn att snyta sig – används engångsnäsduk som slängs efter att den använts en gång. Händerna tvättas och/eller handdesinfektion utförs efteråt.

### Nappar och tandborstar

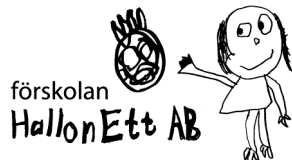
- Nappar förvaras så att barnen inte kommer åt varandras nappar.
- Tandborstar utgör en risk för smitta. Om det finns tandborstar i förskolan behöver barnen ha egen tandborste som förvaras på lämpligt sätt.

### Varmvattentemperatur

För att förebygga bl.a. legionella är det viktigt att verksamheten har rutiner för att varmvattentemperaturen i lokalen kontrolleras regelbundet. Regler för varmvattentemperatur finns i Boverkets författningssamling, BFS 2006:12, BBR 12.

### Utomhusvistelse

Det är lämpligt att låta barnen vistas mycket utomhus. Smittspridningen minskar vid utomhusvistelse då barnen inte är så nära inpå varandra och smittdoserna blir mindre i den stora luftvolymen.



## Smitta i förskolan

2006-08-22 Antagen  
2009-04-30 Reviderad

### Utbrott av smitta

Rutiner vid utbrott av smitta som stämts av med vårdcentralen eller smittskyddsmyndigheten på landstinget behöver finnas hos verksamheten.

Ytterligare information finns i *Smitta i förskolan - En kunskapsöversikt*

Socialstyrelsen 2008, som kan beställas från Socialstyrelsens kundtjänst eller laddas ner från Socialstyrelsens webbplats

081219

### Här finns mer information:

Miljöbalken 1998:808

[www.notisum.se](http://www.notisum.se) eller [www.lagrummet.gov.se](http://www.lagrummet.gov.se)

Socialstyrelsens allmänna råd

[www.socialstyrelsen.se](http://www.socialstyrelsen.se)

Arbetsmiljöverket

[www.av.se](http://www.av.se)

Prevent

[www.revent.se](http://www.revent.se)

Astma och allergiförbundet

[www.astmaochallergiforbundet.se](http://www.astmaochallergiforbundet.se)

Arbetslivsinstitutet

[www.skolliv.nu](http://www.skolliv.nu)

Miljösamverkan Västra Götaland

[www.vgreion.se](http://www.vgreion.se)

Socialstyrelsen

[www.socialstyrelsen.se/hygien-i-forskolan](http://www.socialstyrelsen.se/hygien-i-forskolan)

Häfte - Smitta i Förskolan

Kunskapsöversikt från Socialstyrelsen 2001

Med hopp om en frisk tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt

## Smitta i förskolan

2006-08-22

Antagen

Reviderad

2009-04-30

### Diarré och kräkningar

Magsjuka med kräkningar, lös avföring och sjukdomskänsla är vanligt hos barn i förskoleåldrar. Virus, bakterier, bakteriegifter och parasiter kan ge upphov till sådana symtom. En del smittämnen finns enbart hos människan medan andra smittämnen kommer från djur, vilda som tama.

Alla människor har bakterier i tarmen. De är nödvändiga både för vårt immunsystem och för vår matsmältning. Tarmbakterier kan dock, när de är på fel plats eller i för hög mängd, orsaka sjukdom. De kan göra mat, dricksvatten och badvatten ohälsosamt. I ett otjänligt badvatten eller i mat från ett orent restaurangkök, brukar halten tarmbakterier vara hög. Tarmbakterier från kor, grisar och höns kan överföras till människan via mat och ge upphov till allt från lindrigare sjukdomar till allvarliga tillstånd. De vanligaste tarminfektionerna som överförs till barn och vuxna i Sverige, direkt eller indirekt från däggdjur, är campylobakter, salmonella, EHEC och yersinia.

Läs mer om de enskilda bakterierna under respektive avsnitt.

Vissa bakterier kan producera bakteriegifter, som ger akut matförgiftning. De vanligaste giftproducerande bakterierna i Sverige är stafylokocker (den gula stafylokocken), Bacillus cereus och Clostridium perfringens. Dessa bakterier är vanliga i vår normala miljö.

Virusorsakade infektioner dominerar i Sverige, särskilt den infektion som i dag kallas för vinterkräksjuka. Även rotavirusinfektioner, som ger diarré hos små barn, förekommer. Parasiter kan också ge tarminfektion hos barn. Den vanligaste parasiten i Sverige är giardiaparasiten.

Smittsamheten vid magsjuka är i allmänhet stor, både från kräkningar och från lös avföring. Blöjbarn med tarminfektion smittar lätt både perso60

### Akustiska termer

nal och andra barn. De flesta maginfektioner läker ut av sig själva. Det är viktigt att barn med vattentunna diarréer eller många kräkningar får i sig tillräckligt med vätska i kombination med salt och socker i riktiga proportioner. Har barnet blodiga diarréer så ska sjukvården kontaktas.

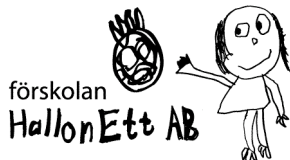
### Ska den som är smittad eller sjuk stanna hemma?

Ja. Smittade och sjuka barn och vuxna ska inte delta i förskoleverksamheten när de har akuta mag-tarmsymtom i form av kräkningar och vattentunn diarré. Barnet kan återgå till barnomsorgen när det ätit normalt och inte kräcks eller haft vattentunn diarré under två dygn. Samråd bör ske med förskolan.

### Texten hämta ur Smitta i förskolan utgiven av Socialstyrelsen

Med hopp om smittfri tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt



## Smitta i förskolan

2006-08-22 Antagen  
Reviderad

2009-04-30

### Råd om Vinterkräksjukan

Här följer några råd hur du kan skydda dig från viruset och motverka smittspridning.

#### Var noga med din hygien

Det viktigaste rådet är att alltid vara noga med handhygien. Tvätta alltid händerna efter ett toalettbesök, innan du äter och när du har tagit i något som du misstänker är smittat.

Det är även viktigt att ha flytande tvål på ställen där många är samlade, till exempel på arbetsplatser, skolor, förskolor och andra offentliga miljöer. Använd alltid pappershanddukar, och inte handdukar av tyg, på arbetsplatser, skola och förskola. Tyghanddukar är fulla av smittämnen som sprids till många.

#### Stanna hemma när du är sjuk

Du ska alltid hålla dig hemma från jobbet, skolan eller förskolan när du kräks eller har diarré.

Även om du håller en god hygien vid sjukdomssymptom smittar du. Det behövs bara ett fåtal virus för smittspridning. När du kräks kommer det ut miljoner virus och det är praktiskt taget omöjligt att tvätta bort dem.

Försök även att städa och hålla rent omkring dig i hemmet, men det räcker med normal städning. Calicivirus är mycket smittsamt. Smittade personer kan sprida smitta upp till två dagar, ibland längre efter att de tillfrisknas. Inkubationstiden är 1 – 2 dygn. Du som fått vinterkräksjukan ska vara symptomfri minst ett dygn innan du går till jobbet, skolan eller förskolan eller träffar andra.

#### Håll dig ifrån offentliga matställen

Det är vanligt att Caliciviruset sprids med mat, särskilt kalla rätter. Ät därför aldrig på restaurang eller i personalrestaurang om du har symptom.

#### Köp desinfektionsmedel

Vill du vara extra noga, till exempel om du har sjuka barn, kan du köpa handdesinfektionsmedel på apoteket. Det finns i flytande form på 1 liter eller i gelform 150 ml. Sådan används i vården och är mycket skonsam för huden och mycket effektivt mot bakterier och virus.

### SMITTSKYDDSinSTITUTET

Med hopp om en frisk tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt



## Smitta i förskolan

2006-08-22

Antagen

Reviderad

2009-04-30

### Feber

Barns normala temperatur varierar framför allt beroende på hur aktivt barnet är. Om temperaturen är mer än 37,5 °C på morgonen och 38,0 °C på kvällen anses det vara en förhöjd temperatur.

Barn får feber av de flesta vanliga infektioner någon eller några dagar.

Det är ett uttryck för barnets aktiva infektionsförsvar. Även om feberperioden är mycket kortvarig kan symtom som snuva, halsont eller ont i örat finnas kvar längre. En del av dessa barn är pigga, medan andra är så pass sjuka att de inte bör vistas i en barngrupp.

### Ska den som är smittad eller sjuk stanna hemma?

Ja. Barnet bör ha en feberfri dag (utan febernedsättande medicin i kroppen) innan det återgår till barngruppen. Det är dock lika viktigt att bedöma allmäntillståndet som febern, speciellt om temperaturen endast överskrider 37,5 °C med någon tiondel på morgonen. Man bör då ställa sig frågan "Orkar barnet delta i förskolans aktiviteter som också innebär utevistelse?".

### Texten hämta ur Smitta i förskolan utgiven av Socialstyrelsen

Med hopp om feberfri tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt



## Smitta i förskolan

2006-08-22

Antagen

Reviderad

2009-04-30

### Förkylning

#### Symtom

Förkylning är den vanligaste infektionen hos barn. Den är godartad men smittsam och läker vanligen ut med hjälp av kroppens eget infektionsförsvar på 1–2 veckor. Snuva, nästäppa och nysningar är de vanligaste symtomen. Nästäppa och snuva vid förkylning är som mest besvärliga några dagar efter det att man har blivit sjuk. Andra symtom i luftvägarna är ont i halsen, hosta och heshet, men också allmänna symtom som huvudvärk, feber och sjukdomskänsla.

#### Orsak

Virus. Det finns många olika typer av förkylningsvirus.

#### Smittvägar och smittspridning

Smittar både via luften (nysningar) och som kontaktsmitta (via händer). Smittar någon dag innan förkylningen bryter ut och sedan ytterligare några dagar. Det är därför svårt att undvika smittspridning av förkylning i småbarnsgrupper. Att stänga av förkylda barn från förskolegruppen under hela den tid som förkylningen varar förhindrar inte smittspridning i gruppen.

#### Hur ska förkylningar skötas?

Det finns ingen botande behandling i dag, utan de mediciner som finns lindrar olika symtom. Vid besvärlig nästäppa är näsdroppar bra, särskilt till natten. Näsdroppar ska dock inte användas under längre tid, högst tio dagar i sträck.

#### Ska den som är smittad eller sjuk stanna hemma?

Allmäntillståndet hos barnet får avgöra om barnet ska vara hemma eller inte. För att återgå till barngruppen ska barnet vara feberfritt och orka med verksamheten under dagen, som också kan innebära utevistelse under flera timmar.

#### Texten hämta ur Smitta i förskolan utgiven av Socialstyrelsen

Med hopp om förkylningsfri tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt



## Smitta i förskolan

2006-08-22 Antagen  
2009-04-30 Reviderad

### Influensa

#### Symtom

Feber som kommer plötsligt med frossa, eventuella kräkningar, torr rethosta, muskelvärk och lätt snuva. Små barn får lindrigare symtom än vuxna.

#### Orsak

Virus av olika typer (A och B). Utbrott sker i regel under vintersäsongen.

#### Inkubationstid

Inkubationstiden är 1–3 dagar.

#### Smittvägar och smittspridning

Stor smittsamhet, sprids bland annat genom droppsmitta och kontaktsmitta. Influenzavirus smittar från en dag före och upp till sju dagar efter första sjukdagen. Ger flerårig immunitet mot den stam man infekterats med, men influenzavirus förändras ofta, varför nya utbrott kan uppstå år från år. Det brukar vara förskolebarnen som först fångar upp influensan när den kommer på vintern. Förskolepersonalen utsätts därmed också för smitta tidigt på säsongen.

#### Hur ska influensa skötas?

Influensa läker ut efter 3–5 dagar hos barn. Influenzavaccination ges inte till för övrigt friska barn. Däremot rekommenderas vaccination till barn med ökad risk för svår sjukdom, t.ex. barn med hjärtsjukdom, svår astma eller annan lungsjukdom.

#### Ska den som är smittad eller sjuk stanna hemma?

Barnets allmäntillstånd avgör om det ska vara hemma.

#### Texten hämta ur Smitta i förskolan utgiven av Socialstyrelsen

Med hopp om influensafri tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt



## Smitta i förskolan

2006-08-22 Antagen  
2009-04-30 Reviderad

### Den nya influensan, Influenta A (H1N1)

#### Symtom

Influensa A (H1N1) ger ofta lindriga symtom som feber, luftvägsbesvär, torrhosta, halsont, ont i kroppen, huvudvärk, frossa, snuva, i vissa fall diarré och en väldig trötthet är vanliga symtom vid influensa. De flesta insjuknade tillfrisknar på egen hand, utan behandling eller sjukvård. Den som är sjuk behöver vila och mycket vätska.

Kontakta läkare om den som är sjuk:

- Andas tungt eller har smärtor i bröstet
- Blir blå/blåviolett om läpparna
- Visar tecken på att vara uttorkad (är torr i munnen och kissar mycket lite)
- Kräks mycket eller har svårt att dricka tillräckligt
- Får krampanfall
- Inte reagerar som vanligt eller verkar förvirrad

Karakteristiskt för okomplicerad influensa är hög feber, muskelvärk och hosta som varar i genomsnitt mellan tre och fem dagar. Efter några dagars konvalescens är man pigg igen, men hostan kan bli kvar ett tag. Det händer ofta att man drabbas av bakteriella komplikationer några dagar efter influensan. Hos barn dominerar öroninflammation, hos vuxna bihåleinflammation och långdragen hosta. De äldre får ofta lunginflammation. Både influensasjukdomen och komplikationerna är naturligtvis jobbiga för de som drabbas, men det är mycket få av yngre som inte lider av någon annan komplicerande sjukdom som behöver sjukhusvård.

*Informationen kommer från Socialstyrelsen och sjukvårdsrådgivningen*

För information och frågor kan du ringa till myndigheternas telefontjänst: 020-20 20 00

<http://www.socialstyrelsen.se>

<http://www.krisinformation.se>

<http://www.msbmyndigheten.se>

<http://www.smittskyddsinstitutet.se>



## Smitta i förskolan

2006-08-22 Antagen  
Reviderad

2009-04-30

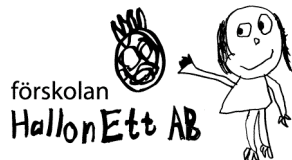
### Vad kan jag göra för att skydda mig mot den nya influensan?

Det är viktigt att hindra smittspridningen för att skydda dem som kan bli allvarligt sjuka av influensa. All influensa, även den nya influensan, smittar via droppar från saliv, nysningar, hosta, etc. Virus kan även fastna på olika ytor. Smittan flyger inte långa vägar i luften utan det krävs närtkontakt med den smittade för att själv drabbas. Om du vill skydda dig från att smittas med influensa eller från att smitta andra, bör du tänka på det här:

- Undvik nära kontakt med personer som du vet är sjuka
- Om du själv är sjuk, håll lite avstånd till andra personer, för att undvika att de smittas
- Stanna hemma om du är sjuk så sprider du inte influensavirus vidare från arbetet, förskolan eller skolan och undvik att göra andra ärenden.
- Kontakta sjukvården per telefon istället för att gå direkt till väntrum där influensan lätt sprids vidare.
- Fånga upp virus genom att hosta och nysa i armvecket eller i en pappersnäsduk som du spolrar ner på toaletten eller slänger i en soppåse. Undvik att täcka munnen med handen när du nyser eller hostar.
- Tvätta händerna ofta och noggrant, speciellt om du hostar och nyser. Tvätta bort influensavirus som lätt fastnar på fingrar och på ytor som dörrhandtag, och som kan spridas vidare när du tar i hand.
- Använd tvål och vatten och också gärna handsprit som komplement till handtvätt, med handsprit får du bort ännu mer virus efter handtvätten.
- Undvik att röra vid ögon, näsa och mun, så slipper du smittas om du råkat ta i något föremål som influensavirus nyligen fastnat på.

Med hopp om influensafri tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt



## Smitta i förskolan

2006-08-22 Antagen  
Reviderad

2009-04-30

### Angående Löss

Använd Prioderm liniment (ej schampo), Låt verka i 12 timmar. Finkamma därefter håret NOGA. Upprepa Priodermbehandlingen efter 8 dagar.

Äggen dör ej i den första behandlingen, utan utvecklas till löss under den kommande den kommande veckan. Därför är det extra viktigt att finkamma varje dag mellan behandlingarna samt i två veckor efter den sista behandlingen för att även få bort alla ägg.

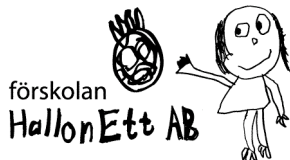
Det är också viktigt att man noga kammar igenom alla familjemedlemmars hår regelbundet, eftersom man kan ha löss utan att det kliar.

Tyvärr är det så att en del människor lättare får löss än andra, men om alla tar sitt ansvar och kammar igenom håret regelbundet så ska vi kunna få bukt på lössen!  
Infektionskliniken

Vi uppskattar om ni följer infektionsklinikens rekommendationer.

Med hopp om lufri tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt



## Smitta i förskolan

2006-08-22 Antagen  
Reviderad

2009-04-30

### Springmask

#### Symtom

Klåda i stjärten, framför allt nattetid.

#### Orsak

Springmasken lever i tarmen och den vuxna honan vandrar till ändtarmen för att lägga sina ägg strax utanför ändtarmsöppningen. Där kan den också upptäckas, som en vit centimeterlång sytråd.

#### Inkubationstid

Inkubationstiden är 3–7 veckor.

#### Smittvägar och smittspridning

Äggen kan förbli smittsamma i flera veckor i miljön, t.ex. på sängkläder, i textilier och i damm. Barnet och vuxna infekteras genom att svälja ner äggen. Barn återinfekteras ofta av sina egna maskars ägg när de stoppar fingrarna i munnen efter att ha kliat sig i stjärten. Springmask är vanligt bland barn men alla får inte symtom. Det är svårt att bekämpa springmask eftersom risken för återsmitta är stor. Det kan vara bra att känna till att masken som sådan inte gör någon skada även om klådan kan vara nog så irriterande.

#### Hur ska springmask behandlas?

Springmask kan behandlas effektivt med läkemedel och i regel räcker en enda dos. Bara de barn som har synlig mask ska behandlas med maskmedicin utan föregående läkarkontakt. Vid misstanke om springmask utan synlig mask, och vid kvarstående eller återkommande besvär bör läkarkontakt tas för ställningstagande till den fortsatta handläggningen. Äggen kan lätt göras synliga med hjälp av ett tejpstest, där en bit tejp trycks mot ändtarmsmyningen och sedan fästs på en glasbit (objektglas) för mikroskopisk undersökning. Rena underkläder varje dag, noggrann handhygien (kortklippta naglar) och allmän städning minskar också mängden maskägg i omgivningen och därmed risken för återsmitta.

#### Ska den som är smittad eller sjuk stanna hemma?

Nej.

Texten hämta ur Smitta i förskolan utgiven av Socialstyrelsen

Med hopp om en maskfri tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt



## Smitta i förskolan

2006-08-22 Antagen  
2009-04-30 Reviderad

### Råd om tandborstning

Här följer våra rutiner vid tandborstning på förskolan.

### Rekommendationer

Barn ska borsta tänderna i förskolan, men det är viktigt att förskolan har rutiner som innebär att barnen inte använder varandras tandborstar och att tandkrämen inte tas direkt från tuben. Förekommer infektioner på förskolan bör tandborstning däremot undvikas.

### Socialstyrelsen

#### Våra rutiner vid tandborstning

De barn som äter frukost på förskolan borstar sina tänder med fluortandkräm efter frukost. Tandborstar ska förvaras åtskilda. Applicering av tandkrämen får inte ske direkt från tuben utan via ett föremål som kastas eller diskas. Förekommer infektioner på förskolan ska tandborstning undvikas.

#### Allmänt om tandborstning

Förskoleåldern är den period då det är störst risk att få hål i tänderna (karies), men goda vanor kan motverka detta. Förskolebarn som får sina tänder borstade två gånger per dag har betydligt färre antal hål i sina tänder jämfört med barn som endast borstar en gång per dag. Att tillföra fluortandkräm till tänderna två gånger per dag har stor kariesförebyggande effekt. Det tar viss tid för fluor att lagras i tändernas yttersta skikt. Om man äter eller dricker något omedelbart efter tandborstningen försvinner en stor del av fluortandkrämens kariesförebyggande. Bäst verkan har fluor om munnen får vila någon timma efter att vi borstat tänderna. Tandborstningen bör därför ske efter frukostmålet och på kvällen efter sista måltiden. Barn fram till 9-10 års ålder behöver därför praktisk hjälp med att borsta tänderna. Särskilt på kvällen då den allra viktigaste tandrengöringen görs.

#### Spara på sockret!

Viktigt för en god hälsa, både vad gäller tänderna och övriga kroppen, är att begränsa intaget av sötsaker. En godisdag i veckan är därför en bra regel. Tänk också på att saft, läsk och juice inte heller ska drickas för ofta, utan hör hemma vid festliga tillfällen.

#### Som förälder har du stor betydelse för ditt barns tandhälsa

Under förskoleåldern händer mycket i barnens utveckling och under denna period grundläggs många vanor, bland annat hälsovanor som blir bestående långt upp i åldrarna. Under förskoleperioden läggs också grunden för den fortsatta tandhälsan. Du kan hjälpa ditt barn att skapa goda vanor.

Med hopp om en frisk tid och starka tänder!

Förskolan HallonEtt i samarbete med Hälsan Folktandvård.

### Vattkoppor

#### Symtom

Små vätskefyllda blåsor (koppor) som brer ut sig över kroppen med början på huvudet, sedan bålen och sist händer och fötter. Utslagen kan sitta i hårbotten, i munhålan, slemhinna och på de yttre könsorganen. Olika utvecklingsstadier av blåsorna kan finnas samtidigt, dvs. färskvätskefyllda blåsor kan finnas på kroppen samtidigt som intorkade blåsor. Hög feber är vanligt. Barn som river och kliar mycket på utslagen, och framför allt barn med eksem, kan få bakterieinfektion i blåsorna.

#### Orsak

Virus.

#### Inkubationstid

Inkubationstiden är 14–21 dagar.

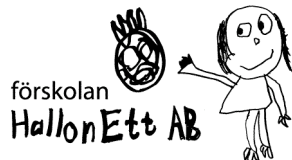
#### Smittvägar och smittspridning

Smittsamheten är mycket stor. Vattkoppor smittar från 1–2 dagar före till en vecka efter det att utslagen först syns på huden. Vattkoppor sprids främst genom luftburen droppsmitta. Smittade personer får livslång immunitet efter genomgången infektion. Spädbarn har i allmänhet en medfödd immunitet och är skyddade mot vattkoppor upp till sex månaders ålder. Vissa barn kan få komplikationer kopplade till vattkopporna, det gäller särskilt barn som behandlas med kortison eller cellgifter och barn med eksem. Det är bättre att barn får vattkoppor i förskoleåldern än senare i livet, eftersom sjukdomen oftast är lindrigare då än i högre ålder. I allmänhet smittas alla barn i en förskolegrupp som inte har haft vattkoppor vid ett utbrott, eftersom smittsamheten är så stor.

Bältros är ett blåsutslag på en begränsad kroppsytta (är ovanligt hos barn men vanligt i far- och morföräldragenerationen) och bedöms vara en aktivering av vattkoppsvirus i nervrötter efter en vattkoppsinfektion tidigare i livet. Bältros kan alltså ge vattkoppor hos mottagliga individer, men sannolikt inte tvärtom.

#### Hur ska vattkoppor skötas?

Klädstillande och eventuellt febernedsättande mediciner kan lindra symtomen. I enstaka fall utvecklas en bakterieinfektion i utslagen och den behöver i så fall behandlas med antibiotika.



## Smitta i förskolan

2006-08-22

Antagen

Reviderad

2009-04-30

### Ska den som är smittad eller sjuk stanna hemma?

Ja. Barnet är smittfritt när krustorna torkat in. Allmäntillståndet avgör när barnet kan återgå till barnomsorgen.

Är barnet friskt i övrigt är det en fördel att få infektionen i förskoleåldern jämfört med vid äldre ålder eller som vuxen. Men även om det i detta fall är en fördel så är det bra om förskolepersonalen informerar föräldrarna att vattkoppor går. Vattkoppor hos förskolebarnet kan ha konsekvenser för familjen, t.ex. vid en planerad resa eller om barnets mamma är gravid och inte har haft vattkoppor. Det kan även finnas andra anhöriga som har nedsatt immunförsvar (exempelvis pga. cancerbehandling eller organtransplantation), där en vattkoppsinfektion kan få ett mycket allvarligt förlopp.

### Texten hämta ur Smitta i förskolan utgiven av Socialstyrelsen

Med hopp om frisk tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt

### Ögoninfektion

#### Symtom

Ögon kletiga av gult sekret och igenklibbade ögonlock på morgonen signalerar att barnet har en ögoninfektion. Insidan av ögonlocket kan dessutom vara kraftigt rodnat och ögonlocket kan vara svullet. Infektionen sitter oftast i ögats bindehinna. Tårkanalen utgör en förbindelse mellan slemhinnorna i luftvägarna och ögat. Därför är det vanligt att barn i förskoleåldern får infekterade ögon i samband med förkylning.

#### Orsak

Gult ögonsekret orsakas oftare av bakterier än virus. Bakterierna är samma som dem som vanligen finns i barnets näsa och svalg i dessa åldrar, nämligen Hemofilus influenza, pneumokocker eller Moraxella catarrhalis.

Hos lite äldre barn och vuxna kan en ögoninfektion orsakas av virus, med röda ögon som följd. Virusinfekterade ögon anses vara mycket smittsamma.

Det kan vara svårt att skilja barn med en smittsam ögoninfektion från dem som har irriterade ögon av en annan anledning och inte är smittsamma.

En allergisk inflammation i ögonen drabbar oftare barn i skolåldern än yngre barn, och då är klåda i ögonen ett igenkänningstecken. Allergimisstanken blir starkare om pollenhalten i luften är hög, t.ex. under våren, eller om klådan i ögonen dyker upp i samband med att barnet träffar ett visst slags djur, t.ex. katter. En allergisk ögonreaktion smittar inte.

#### Hur ska ögoninfektion skötas?

I hemmet kan barnets ögon gärna torkas av med mjuk pappersservett som sedan kastas för att minska smittrisken. Man kan även torka bort det variga sekretet med ljummet vatten. Byt örngott dagligen. Den smittade bör dessutom ha en egen handduk, både i förskolan och hemma.

De flesta ögoninfektioner läker ut av sig själva inom sju dagar. Om det variga sekretet kvarstår efter en vecka kan infektionen eventuellt behandlas med antibiotika (såsom ögonsalva eller tabletter). Två dagars behandling med antibiotika brukar då minska smittsamheten. Vanligtvis kan man dock avstå från antibiotikabehandling vid ögoninfektion. Den återhållsamma inställningen har sin grund i vetskapen om att ögoninfektioner vanligen läker av sig självt samt att det finns en risk för att vanliga luftvägsbakterier hos barn kan bli motståndskraftiga mot antibiotika.



## Smitta i förskolan

2006-08-22

Antagen

2009-04-30

Reviderad

### Ska den som är smittad eller sjuk stanna hemma?

Många förskolor i landet uppmanar barn med variga och röda ögon att stanna hemma pga. risken för smitta i barngruppen. Den restriktiva hållningen från personalens sida baseras på erfarenheten att det är svårt att hindra smittspridning av ögoninfektioner i förskolemiljö.

Några konkreta råd är att barn bör stanna hemma vid kraftig varbildning från ögat, även om deras allmäntillstånd är gott. Förskolepersonalen bör inte ha som sin uppgift att torka barnets variga ögon. Skärp dessutom handhygien. Se även stycket ovan, "Hur ska ögoninfektion skötas?". Samma rutiner som anges där gäller för de två vanligaste formerna av ögoninfektion, dvs. den variga ögoninfektion som är en del i en förkylning och det röda virusinfekterade ögat. Båda infektionerna smittar på samma sätt, både som direktsmitta via händerna och som droppsmitta då barn hostar och nyser.

### Texten hämta ur Smitta i förskolan utgiven av Socialstyrelsen

Med hopp om ögoninfektionsfri tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt

### Öroninflammation

#### Symtom

Plötslig öronvärk som ofta är kombinerad med feber och förkylning är ofta det första tecknet på en öroninflammation. Det är vanligt att symtomen startar efter att barnet har lagt sig på kvällen. Vid en öroninflammation kan varbildningen i mellanörat göra hål på trumhinnan och varet rinner ut genom hörselgången. När trumhinnan spricker brukar smärtan minska.

#### Orsak

Bakterier och virus. Den vanligaste bakterien som ger öroninflammation är pneumokocker, därefter Hemofilus influenza, streptokocker och Moraxella catarrhalis.

#### Smittvägar och smittspridning

Öroninflammation är en vanlig komplikation kopplad till förkylning. Öroninflammation smittar inte, men de bakterier som orsakar inflammation i mellanörat kan vara smittsamma, liksom förkylningen.

#### Hur ska öroninflammation skötas?

Misstänkt öroninflammation ska bedömas av läkare – antibiotikabehandling kan bli aktuell. Till barn över två år och med konstaterad öroninflammation kan man i vissa fall avstå från antibiotikabehandling. Om öronvärken hos ett barn med öroninflammation försämras ska en ny läkarbedömning göras.

#### Ska den som är smittad eller sjuk stanna hemma?

Eftersom öroninflammationer i regel inte smittar kan barnet återgå till barnomsorgen om det är feberfritt och orkar delta i verksamheten.

#### Texten hämta ur Smitta i förskolan utgiven av Socialstyrelsen

Med hopp om frisk tid framöver!

Personalen på Förskolan HallonEtt