

KAN JEG GÅ I BARNEHAGEN I DAG?



Råd om sykdommer
hos barn.

INFORMASJON TIL FORELDRE SOM HAR BARN I BARNEHAGE

Du kommer sikkert mange ganger til å stille deg selv det spørsmålet:

Er mitt barn friskt nok til å være i barnehagen?

Hensikten med denne veilederen er å gi informasjon som gjør det lettere for foreldre å svare på dette spørsmålet. Dokumentet er utarbeidet i fellesskap for de to kommunale barnehagene i Krødsherad februar 2009, basert på faglige råd fra Folkehelseinstituttet (se "Barnehager og smittevern" på <http://www.fhi.no/>). Dokumentet ble behandlet og vedtatt på kommunelegemøte for Hallingdal september 2009.

Det er viktig å gå ut fra barnets behov. Det er ikke foreldrenes eller personalets behov som skal avgjøre om et barn skal være hjemme eller ikke. Et sykt og slapt barn trenger et fang å sitte på. I en gruppe med barn er det ofte masete, og mange barn ønsker personalets oppmerksomhet. Ditt barn skal være i en barnegruppe når det er så opplagt at det orker å delta i de vanlige aktivitetene, som for eksempel å være ute.

Generelt kan man si at det er **barnets allmenntilstand**, dvs, hvordan det fører seg, spiser og klarer seg i det daglige, med alt fra lek til søvn, som ligger i dette begrepet. Å bedømme allmenntilstanden gir det viktigste målet for om barn bør være hjemme eller kan være i barnehagen.

Som mor eller far er du ekspert på ditt barn og kan gjøre den rette bedømmelsen på hjemmeplan. Personalet som daglig ser barnet i en gruppe har til oppgave å bedømme om barnet klarer å være med i gruppefellesskapet eller ikke. Det er viktig at du rådfører deg med personalet når du føler deg usikker. Etter en 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, kan du ta kontakt med barnets fastlege eller legevakt eller helsesøster for å få råd og hjelp til å bedømme dette.

Dersom barnet blir sykt i barnehagen i løpet av dagen, vil det være barnehagens personale som må gjøre en vurdering av om barnet kan være dagen ut i barnehagen eller om det bør hentes. Dersom barnet er sykt slik at det ikke kan være i barnehagen, er det foreldrenes ansvar å sørge for at det blir hentet så raskt som mulig etter at barnehagen har tatt kontakt om dette.

SMITTEFARE

Barn som går i barnehage er mer utsatt for infeksjoner enn andre barn. Spesielt utsatt kan de nye barna være. Smittespredning i barnehagen skjer ved direkte eller indirekte kontaktsmitte, og gjennom dråpesmitte. En viss smittespredning synes uunngåelig pga. barns generelle atferd. Infeksjons-sykdommer smitter mest like etter at sykdommen har brutt ut. Man regner med at smittefare kan være tilstede også like før sykdomsutbrudd, og vil kunne vare varierende lengde ut i rekonvalesensperioden. Barnet kan derfor allerede ha smittet sine lekekamerater når det oppdages at barnet er sykt. Som hovedregel bør syke barn holdes hjemme den periode man antar at barnet er smitteførende. I den antatte smittefrie rekonvalesensperiode vil barnet kunne vende tilbake til barnehagen så snart barnets allmenntilstand tilsier det.

Håndhygiene, vask.

Håndvask etter toalettbesøk og før måltider er svært viktig for å unngå at smitte overføres fra person til person. Det bør tørkes med engangs papirhåndklær. Ansatte bruker engangshansker når det finnes nødvendig, og gjennomfører håndhygiene etter bleieskift og tørking av snørr. Ved sykdom bør man være ekstra nøye med håndvasken. Det er viktig å holde stellebord og omgivelser innendørs rene og delikate til enhver tid.

Infeksjoner forårsaket av bakterier.

Har man gjennomgått og overstått en bakteriell sykdom av betydning, vil den immunitet som kroppen opparbeider ofte beskytte mot liknende sykdom i lang tid fremover, av og til livet ut. Men bakteriesykdommene kan true liv og helse både på kort og lang sikt, som for eksempel forskjellige lungebetennelser, streptokokkhalsesyke, difteri, hjernehinnebetennelse, skarlagensfeber, brennkopper, og forskjellige mer alvorlige tarminfeksjoner. Det kan derfor bli aktuelt å konsultere lege for å få vurdert situasjonen, og den hjelp som moderne antibiotika kan gi. Feber, og nedsatt allmenntilstand vil oftest være en del av sykdomsbildet og gi en pekepinn på sykdommens alvorlighetsgrad.

Infeksjoner forårsaket av virus.

De fleste infeksjoner som barn må gjennomgå, er forårsaket av virus. Disse infeksjonene er generelt mindre farlige eller helsetruende enn de bakterielle sykdommene. Til gjengjeld har vi ikke antibiotika som er aktive overfor dem på samme måte som ved de bakterielle infeksjonene. Ofte vil feber følge disse sykdommene. Også her vil endringen i barnets allmenntilstand være det sykdomstegn som kan gi oss best inntrykk av sykdommens alvorlighetsgrad.

NOEN RÅD OM VANLIGE SYMPTOMER

Allmenntilstand

Forandringer i allmenntilstanden er av de vanlige tegn på sykdom hos barn, som for eksempel:

- barnet virker ikke slik det pleier å være, kan det være sykdom i utvikling?
- barnet orker ikke å sitte, prate, eller leke som vanlig.
- barnet vil ikke spise eller drikke som vanlig, appetitten er påvirket.
- barnet sover avbrutt og urolig

Feber

Normal legemstemperatur i hvile ligger rundt 37 grader Celsius, med avvik opp eller ned ca. en halv grad. Ved fysiske anstrengelser øker temperaturen normalt noe ut over dette uten at det har noe med sykdom å gjøre.

Med feber menes sykkelig forhøyet kroppstemperatur. Feber er et av kroppens forskjellige naturlige reaksjoner i forsøk på å nedkjempe en infeksjon. Måling av kroppstemperatur blir best gjort med termometer i endetarmen. Når barn har over 37,5 grader om morgenen eller over 38 grader om kvelden er dette å betrakte som feber. Barn med feber har øket behov for å kvitte seg med kroppsvarme, og bør være lett kledd, oppholde seg i et ikke for varmt rom, og få rikelig med drikke.

Må barnet være hjemme?

Barn med feber skal være hjemme. La barnet ditt få minst en feberfri dag hjemme før det vender tilbake til barnehage.

Hoste

Hoste er vanlig symptom ved forkjølelse og andre luftveisinfeksjoner. Hoste kan for mange forverres ved fysisk aktivitet, og man bør derfor holde seg orientert om hvordan barnet greier dagen i barnehagen. Ved langvarig eller kraftig hoste bør barnet undersøkes av lege.

Må barnet være hjemme?

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

Vondt i halsen

Når man har vondt i halsen skyldes det en infeksjon i svelget. Små barn kan ikke alltid tolke sine fysiske ubehag riktig, og fortelle at de har vondt i halsen. Tegn på halsinfeksjon kan være at barnet har dårlig ånde og sikling, ikke vil drikke eller spise, eller har feber. I blant forekommer, eventuelt brekninger, og henvisning til magen. Ved skikkelig halsesyke med feber, kan det være spørsmål om en bakteriell infeksjon forårsaket av streptokokker. Du bør da oppsøke lege med barnet ditt. Streptokokker kan i blant gi plagsomme epidemier blant barn; gi derfor beskjed til personalet dersom ditt barn har en slik infeksjon.

Må barnet være hjemme?

Når barnet er feberfritt og det orker å delta i gruppesamværet sammen med de andre barna er barnehagen igjen stedet.

NOEN RÅD OM VANLIGE SYKDOMMER

Brennkopper

Dette kalles også impetigo og er en bakteriell blandingsinfeksjon med karakteristiske sår, ofte rundt nese og munn. Behandlingen består i vanlig sårstell og eventuelt tildekking med antibakteriell sårsalve og plaster. Behov for antibiotikabehandling i tillegg, må avgjøres av lege. Ved feber og påvirket allmenntilstand skal lege kontaktes. Ved flere utbrudd i samme barnehage, må helsesøster varsles.

Må barnet være hjemme?

Barnet kan fortsette i barnehagen når hudlesjonene er under kontroll. Dvs. at det ikke lenger er fare for at smitteførende sårsekret kan påføres andre direkte eller indirekte gjennom kontaktpunkter. Ved få eller små lesjoner vil dette kunne ivaretas gjennom god tildekking, men ved større og mer utbredte lesjoner vil det være nødvendig at de er tørre og i god tilheling.

Forkjølelse, snørr

Forkjølelse er den vanligste infeksjonen hos barn. Snue med snørrdannelse (nesesekret), hoste, nesetetthet og rennende øyne er de vanligste symptomene. Snørr er i begynnelsen klart, og går etter hvert over til mer tykflytende, grønnlig pussfarget slim etter en tid.

Må barnet være hjemme?

Ved kortvarig snue uten påvirket allmenntilstand er det ingen grunn til å holde barnet borte fra barnehagen. Det kan være nødvendig å få barnet legeundersøkt ved langvarig snue.

Øyekatarr

Øyekatarr opptrer ofte i forbindelse med forkjølelse. Det går vanligvis over av seg selv på samme måte som forkjølelse gjør. Man gjør rent i og omkring øynene ved å tørke med ren klut eller skylle med rent vann. Behandling med antibiotika (øyedråper eller salve) kan være nødvendig dersom øyeinfeksjonen er uttalt, blir langvarig eller er kombinert med andre symptomer.

Må barnet være hjemme?

Ved kraftig øyekatarr med rikelig pussdannelse anbefales at barnet holdes hjemme inntil pussdannelsen har avtatt eller til behandling med antibiotika er igangsatt. Hvert enkelt tilfelle drøftes med foreldrene.

Hodelus

Lusa er 2-3 millimeter stor og spres gjennom direkte kontakt. Behandles med spesielt middel eller shampo som er til salgs på apoteket uten resept. Alle familiemedlemmene som har lus behandles samtidig, og behandlingen skal gjentas etter en uke. Sengeklær og klær som er i kontakt med håret, må vaskes i 60 grader eller legges i dypfryser i noen timer. Kammer og børster må også vaskes. Ta kontakt med helsesøster og hold barnehagen informert.

Må barnet være hjemme?

Barna må være hjemme inntil førstegangsbehandling er gjennomført.

Omgangssyke/"farang"

Symptomene er kvalme, oppkast, diaré og eventuelt magesmerter. Selv om omgangssyke vanligvis ikke er farlig, utsettes kroppen for et ekstra væsketap, som kan være betydningsfullt særlig for de små, og det er derfor viktig å passe på at barna får i seg rikelig drikke. Lege eller helsesøster kan gi råd om dette.

Må barnet være hjemme?

Barn som er syke av "farang" med oppkast og, eller diaré, skal som en hovedregel holdes hjemme i 48 timer etter at symptomene er borte. Barnet skal da kunne innta fast føde og være opplagt uten vedvarende diaré. Det kan derimot ta noe lenger tid før konsistensen av avføringen igjen er normal.

Vannkopper

Vannkopper er en virusinfeksjon med generelt utslett over hele kroppen. Det ses små røde prikker som vokser til væskefylte blemmer (kopper) og etter hvert skorpebelagte sår som karakteristisk finnes i forskjellig utviklingstrinn spredt utover. Barnet er smitteførende en uke før symptomene og så lenge det finnes væskefylte/væskende blemmer. Barn som klør på sårene risikerer å få sår sekundærinfisert med bakterier.

Må barnet være hjemme?

Når barnet er frisknet til, og kun har inntørkede blemmer, kan det vende tilbake til barnehagen.

Ørebetennelse

Ørebetennelse kan skyldes virus eller bakterier. Det trengs sjeldent legebehandling, men symptomer kan dempes ved bruk av nesespray og smertestillende medikamenter. Nese dråper vil alltid anbefales og kan hjelpe på passasjen av øresekret ned i nesehulen. Lege bør oppsøkes og ta stilling til behandlingsopplegget ved perforasjon (hull på trommehinne).

Må barnet være hjemme?

Dersom allmenntilstanden er upåvirket, kan barnet vende tilbake til barnehagen.

Kikhoste

Det er i Norge vanlig å vaksinere spedbarn mot kikhoste ved 3, 5 og 12 måneders alder. Sykdommen opptrer derfor sjelden i vårt land. Større barn som får kikhoste, får lette symptomer hvis de er vaksinert. 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.

Må barnet være hjemme?

Ved behandling tidlig i sykdomsforløpet blir pasienten vanligvis smittefri 5 dager etter igangsatt behandling, og barna bør holdes hjemme i denne perioden. Ved behandling senere i sykdomsforløpet, vil smittsomheten være betydelig mindre, og barna kan gå i barnehagen etter igangsatt behandling. Friske nærkontakter som settes på behandling, trenger ikke være hjemme.

Meslinger — kusma — røde hunder

De fleste barn over 15 måneder er vaksinert mot disse virusinfeksjoner. Derfor er det ikke vanlig i dag at barn får noen av disse barnesykdommene. Mange ganger er det vanskelig å stille diagnosen selv, og man bør derfor kontakte lege om man mistenker at barnet skulle ha en av disse sykdommene.

Må barnet være hjemme?

Ja, barnet skal være hjemme i sykdomsperioden. Det kan begynne i barnehagen så fort allmenntilstanden tillater det.

Mollusker

1-5 millimeter store, 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. Molluskene smitter sjelden til andre personer og helbredes oftest uten behandling. Ved store utbrudd bør kroppsdeler tildekkes og kroppskontakt unngås.

Må barnet være hjemme?

Nei.

Skarlagensfeber

Skarlagensfeber forårsakes av streptokokkbakterier. Symptomene kan bestå av vondt i halsen, "bringebærtunge", såre slimhinner, feber, finprikkete utslett, og etter hvert flassing av hud i håndflater og under føtter. Oppsøk lege.

Må barnet være hjemme?

Følg legens anvisning.

Småmark

Småmark er en smal, hvit og ca. 1 cm lang mark som ligner en bomullstråd. Det vanligste symptomet er nattekløe rundt endetarmsåpningen. Marken kan også komme ut og legge seg rundt endetarmsåpningen.

Behandles med ormemiddel som fås uten resept på apoteket. Hele familien bør behandles.

Må barnet være hjemme?

Barnet kan gå i barnehagen dagen etter at behandling er igangsatt.

LEGEMIDDELHÅNDTERING I BARNEHAGEN

Helse- og omsorgsdepartementet og Kunnskapsdepartementet gir i rundskriv I-5/2008 retningslinjer for håndtering av legemidler i barnehagen.

Det fastslås her at det i utgangspunktet er foreldre eller andre foresatte som i kraft av foreldreansvaret må sørge for at barnet får legemidler på rett måte og til rett tid i tråd med behandlende leges rekvirering. Det vises særlig til foreldrenes ansvar etter barnelovens § 30, der det framgår at foreldrene har rett og plikt til å treffe avgjørelser for barnet i personlige forhold.

Rundskrivet presiserer at *"hvis et barn har behov for legemidler mens det oppholder seg i barnehagen, må foreldrene i hvert enkelt tilfelle avtale med barnehagen om den kan bistå med legemiddelhåndtering. Foreldrene kan ikke pålegge barnehagen å gi barnet legemidler."*

Samtidig gis helsestasjon og skolehelsetjeneste et oppdrag om å bidra til at det utarbeides prosedyrer, og etableres rutiner for håndtering av legemidler i barnehager, skoler og SFO.

Foreldrene har ansvaret for medisinerings av sine barn. Dersom barnehagen påtar seg oppgaven med å bistå med håndtering av legemidler, skal det i hvert enkelt tilfelle inngås en skriftlig avtale om dette. Rutiner skal utarbeides i samarbeid med foreldre, og må bygge på et samtykke fra foreldre eller andre foresatte. En skriftlig samtykkeerklæring skal inneholde all relevant og nødvendig informasjon om barnet og om legemiddelet. Det er en forutsetning for at barnehagen skal kunne påta seg dette at hjemmet har lyktes med å få barnet til å ta legemidler frivillig. Det er også foreldrene som skal sørge for at personellet i barnehagen får tilstrekkelig opplæring. Skjemaer for samtykkeerklæringer finnes i barnehagene.

FOREBYGGING AV ULYKKER

Ulykkesstatistikken viser at barn i løpet av den tiden de er i barnehage, er utsatt for færre ulykker enn andre barn. I de fleste kommuner er det nå etablert ordninger for å sikre/ kontrollere lekeapparater og annet utstyr i barnehage/parker. Her er hva du bør tenke på for å hjelpe til å minske sjansene for ulykker:

- Barnet bør ikke ha lange skjjerf eller dusker som pynt på klærne. Det er da en viss fare for at plagget kan sette seg fast og barnet blir kvalt.
- Unngå hetter da disse kan skygge for sikten til barnet når det skal snu seg.

BARN OG KULDE

Hver vinter melder spørsmålet seg:

Skal barn være ute når det er kaldt – og hvilken temperaturgrense gjelder?

Det kan ikke gis noe enkelt svar: Den temperatur som man kjenner vil være avhengig av både vindhastighet og fuktighet, så vel som selve lufttemperaturen. Ved sterk vind bør barna kanskje være innendørs selv om utetemperaturen ikke er så lav. Det som barn har på seg, er også avgjørende for om de kan være ute eller ikke.

Følgende retningslinjer er rimelige:

Det settes en veiledende grense for småbarnsavdelingen på minus 10 grader C, og for de store barna på minus 15 grader C. Det gjøres alltid en vurdering i forhold til været. Hvor lenge barna skal være ute, vurderes i det enkelte tilfelle.

Noen barn får tørr hud om vinteren (pga. lave temperaturer, lav fuktighet) – og spesielt dersom det blåser. For disse barna kan det være gunstig med en fet, vannfri salve, evt. kuldekrem.