



# Kan jeg gå i barnehagen i dag?

Informasjon til foreldre/foresatte med barn i barnehage

• Bokmål •

## INNHOOLD

• Informasjon til foresatte med barn i barnehage	s 3
• Omgangssyke	s 4
• Feber	s 4
• Hoste	s 4
• Øreverk/ørebetennelse	s 4
• Vondt i halsen/forkjølelse	s 5
• Puss i øyet/øyekatarr	s 5
• Influensa	s 5
• Vannkopper	s 6
• Brennkopper	s 6
• Skarlagensfeber	s 6
• Hånd, fot og munnsyke	s 7
• Kikhoste	s 7
• Meslinger, kusma og røde hunder	s 8
• Den fjerde barnesykdom	s 8
• Den femte barnesykdom	s 8
• Andre vanlige tilstander	s 9
• Munnsår (forkjølelsessår)	s 9
• Vorter	s 9
• Hodelus	s 9
• Småmark	s 10
• Ringorm	s 10
• Mollusker	s 10
• Skabb	s 10
• Info om hvem som har laget dette heftet	s 12

## Informasjon til foreldre/foresatte med barn i barnehage

Du vil sikkert stille deg dette spørsmålet flere ganger: Er barnet mitt friskt nok til å være i barnehagen i dag? Tanken med denne brosjyren er å gi noe informasjon som gjør det lettere for foresatte å vurdere om barnet skal/skal ikke i barnehagen. Barnets behov er viktigst.

Barnet skal være i barnehagen når det er så opplagt at det orker å være med på de vanlige aktivitetene. Generelt sett kan en si at det er allmenntilstanden hos barnet, hvordan det sover, spiser, leker, som avgjør om det skal være hjemme eller ikke. Mange ganger kan barnet være i aktivitet hjemme, men orker likevel ikke å være med i leken i barnehagen en hel dag.

Er du i tvil om hva som feiler barnet ditt og om det trenger behandling, kan du ta kontakt med fastlege eller helsesøster for å få råd og hjelp til å vurdere barnet.

Barnet bør være hjemme fra barnehagen ved:

- Nedsatt allmenntilstand
- Feber
- Smittefare (Se den enkelte sykdommen)

De vanligste sykdommene i barnealderen skyldes enten virus eller bakterier. Virus er årsak til de fleste infeksjoner hos barn. Virusinfeksjoner smitter som regel mest før og like etter at symptomene har oppstått. Antibiotika virker ikke på virus, kun på bakterier.

Du har rett på 10 dagers permisjon med lønn per år når barn under tolv år er syke. Dette gjelder både for mor og far, slik at det til sammen utgjør 20 dager i året. Om du er alene med omsorgen for barnet har du rett på 20 dager. Foreldre med flere enn to barn under tolv år har rett på 15 dager hver. Har barnet en alvorlig sykdom kan dette tilbudet utvides. Kontakt fastlege eller NAV for nærmere opplysninger om dette. Fra den 4. dagen du er borte kan arbeidsgiver kreve dokumentasjon fra legen.



## **Omgangssyke**

Symptomene er diaré og/eller brekninger. Barnet kan tape mye væske og det er derfor viktig å drikke mye.

Hjemme?

Smitterisikoen er størst mens man har symptomer med oppkast og diaré, og barn bør holdes hjemme i denne perioden. Man skal vente 48 timer etter at barnet ikke lenger har diaré og oppkast før det kan gå tilbake til i barnehagen.

## **Feber**

Feber skyldes en infeksjon med virus eller bakterier. Man regner det for feber ved 38 grader eller mer. Et barn med feber bør være lett kledd, oppholde seg i et ikke for varmt rom og få rikelig med drikke.

Hjemme?

Barn med feber skal være hjemme.

## **Hoste**

En del barn får lett hoste i forbindelse med en vanlig forkjølelse.

Hjemme?

Ved hoste uten feber kan barnet gå tilbake til barnehagen når allmenntilstanden tilsier det. Ved langvarig eller kraftig hoste bør barnet undersøkes for blant annet kikhoste.

## **Øreverk/ørebetennelse**

Øreverk er oftest et resultat av trykkøkning i mellomøret under vanlig forkjølelse. Behandling er da nesedråper eller spray, samt smertestillende. Kraftig øreverk, eventuelt med feber, som varer mer enn noen få dager, bør vurderes av fastlegen. En sjelden gang kan det være nødvendig med antibiotikabehandling.

Hjemme?

Om allmenntilstanden er upåvirket, kan barnet gå i barnehagen.

## **Vondt i halsen/forkjølelse**

Når barnet har vondt i halsen, skyldes det som oftest en infeksjon i svelget enten med virus eller med bakterier. Vanligvis går infeksjonen over av seg selv uten bruk av antibiotika.

Hjemme?

Barnet kan gå i barnehagen når det ikke har feber.

## **Puss i øyet (øyekatarr)**

Øyeinfeksjoner kommer oftest i forbindelse med forkjølelser og går vanligvis over av seg selv. Du kan gjøre rent i og rundt øyet ved å tørke og eventuelt skylle med rent vann. Øyeinfeksjoner smitter lett og det er derfor viktig med god hygiene.

Behandling med antibiotika kan være nødvendig om det er en bakteriell infeksjon med betydelig hevelse og rødhet av øyelokkene.

Hjemme?

Det er ikke grunnlag for å anbefale at barnehagebarn med mild til moderat øyekatarr holdes hjemme. Ved redusert allmenntilstand eller kraftig øyekatarr med rikelig pussdannelse bør barnet holdes hjemme inntil pussdannelsen har avtatt. Dette er på grunn av risikoen for å smitte andre barn.

## **Influenza**

Influensavirus finnes i luftveiene og smitter ved hosting, nysing og ved nær kontakt med syke mennesker. Den syke kan også få viruset på hendene og overføre smitte via gjenstander som den syke har tatt på. Symptomer på influensa kan være feber med frysninger, hoste, sår hals, hodepine, verkende ledd og muskler, samt påvirket allmenntilstand. Symptomene kan komme i løpet av kort tid.

Hjemme?

Ja, barnet skal være hjemme fra barnehagen. Når barnet har vært feberfritt i 24 timer og for øvrig er i god form, kan barnet komme tilbake til barnehagen.



## Vannkopper

Dette er en virusinfeksjon med væskefylte blemmer. Blemmene kommer til ulike tider, og ferske blemmer kan opptre på samme tid som inntørkede blemmer. Antall blemmer varierer. Når barn klør seg kan det oppstå en bakteriell infeksjon. «Hvitvask» kan lindre kløen, og preparatet kan kjøpes på apoteket. Ved mer uttalt kløe kan allergimikstur bli aktuelt. Noen barn kan også få feber og redusert allmenntilstand.

### Hjemme?

Barn med vannkopper bør holdes hjemme i den smittsomme perioden. Denne perioden regner man med varer til det ikke lenger dannes nye blemmer. Når de siste utslettene har tørket inn, kan barnet gå i barnehagen.

For noen barn vil dette ta noen dager, og for andre kan det ta et par uker.



## Brennkopper

Brennkopper er en bakteriell infeksjon med sår, som oftest rundt nese og munn. Behandlingen er vanlig sårstell, smøre med en bakteriedrepende salve og eventuelt dekke til med plaster. Noen ganger er utbruddet så omfattende at barnet må få antibiotika. Ta i tilfelle kontakt med fastlegen.

### Hjemme?

Barn med brennkopper kan vende tilbake til barnehagen når sårene er under kontroll, dvs når det ikke lenger er fare for at smitte fra væskende sår som kan påføres andre barnehagebarn gjennom direkte kontakt eller via leker etc.

## Skarlagensfeber

Skarlagensfeber skyldes streptokokkbakterier. Symptomene er vondt i halsen, «bringebærtunge», finprikkete utslett og feber. Behandles med antibiotika.

### Hjemme?

Ja, minst 1-2 dager etter at behandlingen er startet. Barnet kan gå i barnehagen når allmenntilstanden tillater det.

## **Hånd-, fot- og munnsyke**

Dette er en virussykdom som gir lett feber og vondt i halsen. Den gir også blemmer/utslett i munnen, på kanten av håndflatene og fotsålene.

Hjemme?

Barnet kan i gå barnehagen ved god allmenntilstand, uavhengig av utslett.



## **Kikhoste**

Kikhoste er en bakteriell luftveisinfeksjon. Først kommer forkjølelsesliknende symptomer som hoste, feber og rennende nese. Senere kommer kraftige hosterier («kiking»), noen ganger med brekninger og oppkast. Hosten kan noen ganger vare i mange måneder.

I Norge er det vanlig å vaksinere spebarn mot kikhoste. Sykdommen er derfor sjelden i vårt land. Større barn som får kikhoste får ofte lettere symptomer om de er vaksinerte. Kikhoste smitter mest i begynnelsen av forløpet, før det typiske symptomet «kiking» oppstår. Det kan være en viss smittefare under hele sykdomsperioden. Det er derfor viktig å gi barnehagen beskjed dersom barnet får påvist kikhoste. Kikhoste behandles med antibiotika.

Hjemme?

Allmenntilstanden til barnet avgjør om det skal være hjemme. Dårlig søvn og hoste/«kiking» med brekninger kan gjøre at barnet ikke orker å være i barnehagen. Av hensyn til smitterisiko kan barnet gå i barnehagen igjen 5 dager etter igangsatt antibiotikabehandling.

## **Meslinger, kuma og røde hunder**

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

- Meslinger begynner med forkjølelssymptomer og høy feber etterfulgt av utslett. Den er vår alvorligste barnesykdom fordi den kan etterfølges av komplikasjoner.
- Kuma gir feber og hevelse i ørespyttkjertlene.
- Røde hunder er en mild sykdom med feber og utslett.

Hjemme?

Ved meslinger og røde hunder er barnet smittebærende i 3-5 dager etter utbrudd av utslett. Barnet kan starte i barnehagen igjen så snart allmenntilstanden tillater det. Ved kuma bør barnet være hjemme til hevelsen har gått ned.

## **Den fjerde barnesykdom (tredagers feber)**

Den fjerde barnesykdom kjennetegnes av tre dager med høy feber (39-40 grader), og med påfølgende utslett. Sykdommen er vanligst hos barn mellom 0-3 år, men kan en sjelden gang oppstå hos barn opp til ca. 7 år.

Hjemme?

Allmenntilstanden avgjør om barnet bør være hjemme.

## **Den femte barnesykdom**

Dette er en virussykdom som forekommer først og fremst hos barn i 3 til 8 års alder. Sykdommen er vanligvis mild, gir et utslett uten samtidig feber eller påvirket allmenntilstand, eventuelt bare beskjedne forkjølelssplager. Utslettet kommer vanligvis først i kinnene og etter hvert på kroppen.

Sykdommen smitter ikke etter at utslett har debutert og det finnes ingen behandling.

Hjemme?

Allmenntilstanden avgjør om barnet bør være hjemme.



## ANDRE VANLIGE TILSTANDER

### Munnsår (forkjølelsessår)

Smittsom virusykdom som kjennetegnes av utslett med væskefylte blemmer. Utslettet kan være smertefullt med svie og stikking. Munnsår kan utløses av for eksempel forkjølelse eller intenst sollys. Aktiv behandling er vanligvis ikke aktuelt, men forløpet kan forkortes med medisiner. Det viktigste forebyggende tiltaket er å beskytte leppene mot intenst sollys.

Hjemme?

Nei.

### Vorter

Det er virus som er årsak til vorter. Vortene forsvinner som regel av seg selv, og hos enkelte kan det ta flere år før de blir borte. Behandling kan være nødvendig dersom vorten sitter på utsatte steder og/eller blør.

Hjemme?

Nei.

### Hodelus

Lus er 2-3 millimeter store og blir spredd gjennom direkte kontakt.

De første ukene etter smitte er det få symptomer, etter noen uker kan det oppstå kløe og irritert hodebunn. Lus og egg kan sees ved å inspisere hår og hodebunn.

Hjemme?

Hvis det oppdages hodelus på barn i barnehagen, er det ikke nødvendig å sende barnet hjem. Når barnet kommer hjem, skal første del av behandlingen helst gjennomføres samme kveld/natt. Barnet kan gå i barnehagen som normalt. Barnehage og vennekrets bør informeres om at barnet har hodelus, slik at vennekretsen kan sjekkes for lus og barnet unngå gjensmitte.



## **Småmark**

Småmark (også kalt barnemark) er smal, hvit, ca. 1 cm lang og ligner en bomullstråd. Marken gir kløe rundt endetarmsåpningen særlig på kvelden og natten. Behandlingen er ormemiddel som fås kjøpt uten resept på apoteket. Middelet skal gis til hele familien, også de som ikke har symptomer. Småmark smitter lett, og det er viktig med god håndhygiene og eget håndkle for å forebygge smitte.

Hjemme?

Når barnet får behandling er det ingen grunn til å holde det hjemme fra barnehagen.

## **Ringorm**

Ringorm er en soppinfeksjon i huden som smitter fra mennesker eller husdyr som marsvin, katt og hund. Denne gir hudforandringer med et typisk ringformet utslett. Behandlingen er soppdrepende salve, oftest i 2-4 uker.

Hjemme?

Nei.

## **Mollusker**

Dette er 1-5 millimeter store blanke opphovninger i huden som etter noen uker får en inndragning på midten. Mollusker skyldes virus og barnet smitter seg selv når det klør. Mollusker smitter sjelden til andre personer og forsvinner som regel uten behandling, men av og til kan det være nødvendig å skrape dem bort.

Hjemme?

Nei.

## **Skabb**

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

Hjemme?

Barnet skal være hjemme til behandlingen er igangsatt.

God nettside for ytterligere informasjon:  
Folkehelseinstituttet

<https://www.fhi.no/sv/barnehage/nar-ma-barnet-vare-hjemme-fra-barne/>



Denne brosjyren er utarbeidet av Miljøretta helsevern Hallingdal  
og godkjent av kommuneoverlegene i Hallingdal oktober 2017



Ved spørsmål kontakt helsestasjon  
Ved behov for legehjelp kontakt fastlege eller legevakt

