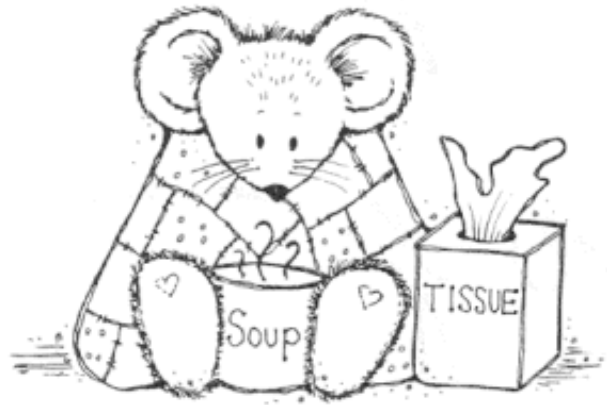


Kan jeg gå i barnehagen i dag?



Et lite hefte om barnesykdommer  
og hvilke forholdsregler man bør ta og hva personalet forholder seg til i Bikuben  
barnehge.

**BIKUBEN BARNEHAGE**

---

## **Informasjon til foreldre med barn i barnehage.**

Du kommer sikkert mange ganger komme til å stille deg selv spørsmålet: Er barnet mitt friskt nok til å være i barnehagen sammen med andre barn?

Tanken med denne brosjyra er å gi informasjon som gjør det lettere for foreldre å svare på det spørsmålet.

Det er viktig å gå ut i fra barnets behov. Det er ikke foreldras eller personalets behov som skal avgjøre om et barn skal være hjemme eller ikke. I ei gruppe med barn er det ofte mye uro, og mange barn ønsker mer oppmerksomhet fra personalet. Ditt barn kan være i ei barnegruppe når det er så opplagt at det orker å være med i de vanlige aktivitetene.

Generelt sett kan en si at det er allmenntilstanden hos barnet, d.v.s. hvordan det sover, spiser og klarer å være med i leiken som avgjør om det skal være hjemme eller ikke. Mange ganger kan barnet være i aktivitet hjemme, men orker allikevel ikke å være med i leken i barnehagen. Som mor eller far er du ekspert på ditt barn og kan vurdere dette riktig på hjemmeplan.

Personalet som daglig ser barnet i en gruppe har som oppgave å se om barnet klarer å være med i gruppesamværet eller ikke. Det er viktig at du rådfører deg med personalet dersom du er usikker. Etter langvarig sykdom kan det være riktig å la barnet få være med i barnegruppa noe kortere tid de første dagene.

Om du er i tvil om hva som feiler barnet og om det trenger legebehandling kan du ta kontakt med lege eller helsesøster for å få råd og hjelp til å vurdere barnet.

Du har rett på 10 dagers permisjon med lønn når barn under tolv år er sjukt.  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 lege eller trygdekontor for nærmere opplysninger om dette. Etter tre dager kreves legeattest.

Mange infeksjonssykdommer smitter mest like før og like etter at sykdommen har brutt ut. Ofte har barnet derfor allerede smitta sine leikekamerater når det blir klart at barnet er sykt. En trenger derfor ikke holde barnet hjemme av hensyn til smittefaren.

### **BAKTERIEINFEKSJONER.**

Bakterieinfeksjoner kan føre til at barnets almenntilstand er blir mer påvirket enn ved virusinfeksjoner. Barnet kan trenge behandling med antibiotika. I disse tilfellene er det best at barnet er hjemme noen dager, dels på grunn av den reduserte almenntilstanden, og dels fordi to dager vanligvis gjør barnet smittefritt.

### **TREDAGERSFEBER (4. BARNESYKDOM)**

Dette er mest vanlig det første leveåret. Det er da de aller fleste barn får den, om de får den i det hele tatt. Sykdommen arter seg slik:

Barnet blir plutselig sykt med høg feber – rundt 40 grader – men har få andre symptom. Barna er ofte kvikke trass i feberen, og vil gjerne være oppe som vanlig.

Etter 3 – 4 døgn forsvinner feberen like raskt som den dukket opp, og samtidig kan man se et svakt rødt utslett på kroppen. Etter ca. et døgn er utslettet borte. Trass i feberen er tredagersfeber en mild sykdom, og en ser sjelden komplikasjoner. Det er en virusinfeksjon, og barnet trenger ingen spesiell behandling – bortsett fra at det kan være klokt å senke feberen.

### VANNKOPPER.

Dette er en virusinfeksjon med veskefylte blemmer (kopper). Disse kommer i ulike stadier, ferske blemmer opptrer på samme tid som de inntørka. Barn med utpreget kløe risikerer å få en bakteriell infeksjon om det klør seg. ”Hvitvask” (kjøpes på apoteket) kan lindre kløen.

Hjemme? - Når utslettet har begynt å tørke inn kan barnet gå i barnehagen igjen.

### VORTER.

Det er virus som er årsak til vorter. De forsvinner som regel av seg selv, men det kan ta opptil to år. Behandling kan være nødvendig dersom vorten sitter på utsatte steder og/eller blør.

Hjemme? - Nei.

### 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 antibiotikabehandlingen er startet. Barnet kan komme i barnehagen når almenntilstanden tillater det.

### SMÅMARK.

Småmark er smal, hvit, ca. 1 cm. lang og ligner en bomullstråd. Det vanligste symptomet er nattekløe rundt endetarmsåpningen. Behandlingen er ormemiddel som en får uten resept på apoteket.

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

### SOPPINFESJONER.

Hos helt små barn er det ikke uvanlig med soppinfeksjoner i huden, for eksempel i bleieområdet. Om en har husdyr som for eksempel marsvin, kan barn også få en soppinfeksjon kalt ”ringorm”. Hudforandringene er typisk med ringformet utslett. Behandlingen er soppdrepende salve, oftest langvarig.

Hjemme? - Nei.

### VIRUSINFESJONER.

Virus er årsak til de fleste virusinfeksjoner hos barn. Virusinfeksjoner smitter som regel mest før og like etter at symptomene har oppstått.

Ut fra smittefaren alene er det liten grunn til å holde barnet hjemme. Virusinfeksjoner kan ikke behandles, men man kan lindre symptomene.

Det som avgjør om barnet skal være hjemme eller ikke er:

- Allmenntilstanden hos barnet.
- Har barnet feber?
- Sover barnet dårlig?
- Er appetitten merkbart redusert?
- Er barnet generelt slapt?

## NOEN RÅD OM VANLIGE SYMPTOM.



### FEBER.

Feber skyldes en infeksjon med virus eller bakterier. Temperaturen bør måles i endetarmen. Man regner det for feber ved 38 grader eller mer. Noen barn har litt høyere temperatur enn dette, noe som kan være normalt for dem. Et barn med feber bør være lett kledd, oppholde seg i et ikke for varmt rom, og få rikelig å drikke.

Hjemme? - Barn med feber skal være hjemme. Hvis barnet ditt har behov for febernedssettende/smertestillende tabletter skal det ikke i barnehagen. Barnet ditt skal ha en feberfri dag hjemme før det vender tilbake til barnehagen.

### HOSTE.

En del barn får lett hoste i forbindelse med en vanlig forkjølelse. Dersom barnet ikke virker sykt, kan det gå i barnehagen som vanlig. Hoste kan for mange bli verre ved fysisk aktivitet, og en bør derfor holde seg orientert om hvordan barnet greier dagen i barnehagen. Ved langvarig hoste bør en lege vurdere barnet med tanke på en mulig allergisk årsak.

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

### VONDT I HALSEN.

Når en har vondt i halsen skyldes det en infeksjon i svelget. Små barn kan ikke alltid fortelle når de har vondt i halsen. Tegn på halsinfeksjon kan være at barnet ikke vil drikke, spise eller har feber. Iblant kan barnet få brekninger og magesmerter.

Om barnet har feber og i tillegg feber mer enn et par dager, kan det være en bakteriell infeksjon med streptokokker. Du bør da oppsøke lege med barnet ditt. Streptokokker kan iblant gi plagsomme epidemier blant barn, gi derfor beskjed til personalet i barnehagen dersom ditt barn har en slik infeksjon.

Hjemme? - Etter 1 – 2 dager med antibiotika kan barnet gå i barnehagen dersom det orker å delta i gruppesamværet med de andre barna.

### MOLLUSKER.

1 – 5 m.m. 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.

### NOROVIRUS

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

Hjemme? – Ja, dette er svært smittomt. Barnet skal holdes hjemme 48 timer etter at det er symptomfri.

### SKABB.

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

Hjemme? – Barnet skal være hjemme til behandlingen er gjennomført.

### MESLINGER – KUSMA – RØDE HUNDER.

De fleste barn over 15 mnd. 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 lege dersom de mistenker at barnet skulle ha en av disse sykdommene.

Hjemme? – Ja, barnet skal være hjemme i sykeperioden. Barnet kan starte i barnehagen igjen så snart almenntilstanden tillater det.



### HÅND – FOT – OG MUNNSYKE

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

Hjemme? – barnet kan gå i barnehagen ved god almenntilstand, uavhengig av utslett.



### BRENNKOPPER.

Dette blir også kalt impetigo og er en bakteriell infeksjon med sår, oftest rundt nese og munn. Behandlingen er å vaske bort skorpa med for eksempel pyrisept, eventuelt dekke til med et plaster og smøre med en bakteriedrepende salve.

Hjemme? – Barnet bør være hjemme om infeksjonen er utbredt og blir behandlet med antibiotika. Etter 1 - 2 dager med behandling kan barnet være i barnehagen igjen.

### FORKJØLELSE / SNØRR.

Snørr er i begynnelsen klar og kan gå over til tykt grønt snørr etter ei tid. Ved kortvarig snørr uten påvirkning av almenntilstanden er det ingen grunn til å holde barnet borte fra barnehagen.

Ved langvarig blankt snørr kan det være nødvendig å få barnet undersøkt hos lege, fordi dette kan være symptom på allergi.

Hjemme? – Barn med snørr uten feber eller redusert almenntilstand trenger ikke isoleres fra gruppen.

### HODELUS.

Lusa er 2 – 3 millimeter stor og blir spredd gjennom direkte kontakt. Lus/luseegg blir behandlet med et spesielt middel som man kjøper på apotek uten resept.

Når et bar får lus bør også resten av familien få undersøkt hodebunnen med tanke på lus, men bare den som har lus skal ha behandling. Sengeklær og klær som er i kontakt med håret må vaskes på 60 grader eller legges i dypfryseren noen timer. Kammer og børster må også rengjøres.

Hjemme? – Barnet må være hjemme til første gangs behandling er gjennomført. Personalet må varsles.

NB! Det kan være plagsomt å få hodelus, med det er ingen skam, alle kan få det.

### KIKHOSTE.

Det er i Norge vanlig å vaksinere spedbarn mot kikhoste ved 3,5 og 11 – 12 måneders alder. Sjukdommen er derfor sjelden i vårt land. Større barn som får kikhoste, får oftest lettere symptom om de er vaksinerte.

Kikhoste smitter mest i begynnelsen før det typiske symptomet ”kiking” kommer, men det kan være en viss smittefare under hele sykdomsperioden. Det er derfor viktig å gi personalet beskjed dersom barnet får diagnostisert kikhoste.

Hjemme? – Almenntilstanden til barnet avgjør om det skal være hjemme. Dårlig søvn og hoste/kikinger 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.

### ØYEINFEKSJON.

Øyeinfeksjon kommer oftest i forbindelse med forkjølelser. Det går vanligvis over av seg selv på samme måte som forkjølelser. Man gjør rent i og rundt øyet ved å tørke og eventuelt skylle med fysiologisk saltvann. Behandling med antibiotika kan være nødvendig om infeksjonen blir langvarig eller er kombinert med andre symptomer.

Hjemme? – Barn som har redusert almenntilstand eller det kommer mye verk fra øynene skal være hjemme. Barn som får øyedråper/salve, bør være hjemme 1 -2 dager etter at behandlingen tar til.

### ØREVERK.

Øreverk er oftest et resultat av trykkøkning i mellomøret under vanlig forkjølelse. Behandling er da nesedråper eller spray. Kraftig øreverk, eventuelt med feber og øreverk som varer mer enn noen få dager, bør legen vurdere. Dette blant annet for å vurdere antibiotikabehandling i tillegg.

Hjemme? – Om almenntilstanden er upåvirket, kan barnet gå i barnehagen selv om antibiotikabehandlingen nettopp har startet opp.

### BARN OG KULDE.

Hver vinter melder spørsmålet seg: skal barnet være ute når det er kaldt, og hvilken temperaturgrense skal man holde seg til? Det finnes ikke noe enkelt svar på dette. Den temperaturen som en kjenner vil være avhengig av både vindstyrke og fukt så vel som lufttemperatur. Ved sterk vind kan det hende barna bør være inne selv om temperaturen 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 blir satt en grense på 10 – 15 minusgrader for utelek, men her må man ta hensyn til eventuell vind. Hvor lenge barna skal være ute må man vurdere i hvert enkelt tilfelle.

Noen barn får tørr hud om vinteren, spesielt om det blåser. For disse barna er det gunstig om de blir smurt med en vannfri feit krem/salve i ansiktet før de går ut.

