



1.6.2018

Bästa förälder

Under hösten och vintern förekommer det mer smittsamma sjukdomar än annars. Följande enkla åtgärder minskar riskerna för smittspridning.

1. För inte ett sjukt barn till dagis eller till rådgivningen

Sjukdomar är i allmänhet mest smittsamma i början.

Om ditt barn är sjukt är det viktigt att vårda barnet hemma tillräckligt länge, både för barnets egen hälsas skull och för att undvika att smitta andra barn. Återhämtningen är individuell, men följ rekommendationerna i tabellen här intill för att skydda andra barn.

2. Handtvätt

God handhygien hindrar spridningen av infektioner. Händerna ska tvättas med tvål och vatten då barnet kommer till dagis, före maten, efter varje toalettbesök, efter att barnet snutit sig och då barnet kommer hem från dagvårdsplatsen. Det är lättare att hålla händerna rena om naglarna är kortklippta och rena.

3. Leksaker

Barnets egna leksaker ska rengöras innan de tas med till dagis och när de tas hem från dagis. Leksakerna ska tvättas med tvål och vatten. Leksaker som inte tål vatten kan tas ur bruk för 2–3 veckor, för då torkar eventuella mikrober ut och förgörs.

4. Se till att barnet har fått sina vaccinationer

Vaccinen som ingår i det nationella vaccinationsprogrammet ges på rådgivningen och skyddar ditt barn mot 12 olika sjukdomar och de följsjukdomar dessa kan leda till. Det årliga influensavaccinet ingår upp till 7 års ålder. Också efter det kan barnet få influensavaccin avgiftsfritt på hälsostationen om det finns personer i barnets omgivning som är mycket känsliga för smitta, t.ex. far- eller morföräldrarna.

Sjukdom	När kan barnet gå på dagis igen?
Magsjuka och diarré	Efter två symptomfria dagar (utom om sjukdomen är mer sällsynt, t.ex. EHEC, shigella och salmonella, typhi/paratyphi)
Svalginfektion orsakad av streptokock A ("angina"); scharlakansfeber	24 timmar efter inledning av antibiotikakur
Svinkoppor (impetigo)	Oral antibiotika: 24 timmar efter att kuren har inletts. Lokal behandling: 48 timmar efter att kuren har inletts.
Vattkoppor	Då alla skorv har torkat, oftast 5–6 dygn efter att utslaget började.
Skabb, springmask, huvudlöss	Då behandlingen har inletts.
Öroninfektion, ögoninfektion, förkylning, influensa, entero- eller parvovirus, tredagarsfeber, mollusker	Om barnet annars mår bra är tumregeln att barnet kan gå på dagis efter en feberfri dag. Barnet kan behöva stanna hemma längre för att återhämta sig, men det är inte nödvändigt för att förebygga smitta.
Andra sjukdomar	Fråga vårdpersonalen