

Diarré och/eller kräkningar - information till föräldrar

Innehåll

Diarré och kräkning	1
Smittvägar	1
Tid från smitta till insjuknande	1
Hygienråd	1
Behandling	2
Ska barnet stanna hemma från förskolan?	2
Observera	2
För mer information	2

Diarré och kräkning

Akut diarré och kräkningar är vanligt i förskoleåldern, och de flesta mag-tarminfektioner läker ut av sig själv.

Om flera barn insjuknar samtidigt eller inom en kort tidsperiod, med liknande symtom är det angeläget att ta reda på om det finns en gemensam smitta, och finna vägar att bryta smittan.

Smittvägar

Sprids genom kontakt med sjuka personer, förorenade livsmedel eller via förorenade föremål (till exempel handdukar och handtag). Magtarminfektion kan även smitta via den aerosol (små vattendroppar i luften) som sprids vid kräkning. Aerosolen kan antingen inandas direkt eller falla ner på föremål, som man tar på och som man sedan via sina händer kan sprida vidare.

Tid från smitta till insjuknande

Oftast kort, 1-3 dagar.

Hygienråd

- God handhygien, det vill säga tvätta händerna efter toalettbesök, efter blöjbyte och före måltid.
- Finns det magtarminfektioner i omgivningen är det viktigt att tvätta händerna ofta för att förhindra att bli sjuk.
- Lägg på toalettlocket innan man spolrar på toaletten.
- Blöjor läggs i platsbyxor som knyts ihop och kastas direkt.
- Håll tvättställ, kranar, toalettsits och spolknopp rena.
- Smittade/sjuka personer bör inte hantera/laga mat åt andra, eller plocka ur diskmaskin.

Behandling

Det är viktigt att barn med diarré och kräkningar får i sig tillräckligt med vätska i kombination med socker och salt (finns i vätske-ersättning).
Låt barnet vila och ge vätska, t ex svag saft, eller vätskeersättning, lite i taget.

Vid tveksamhet om barnet behöver sjukhusvård ring gärna först 1177 för sjukvårdsrådgivning.

Ska barnet stanna hemma från förskolan?

Ja. Barn med magtarmsbesvär (diarré eller kräkningar) ska inte vara på förskolan. Barnet kan återgå till barnomsorgen när det kan äta normalt och inte kräcks eller haft vattentunn diarré på 48 timmar.

Observera

- Om barnet varit utomlands och fortfarande har diarré efter hemkomst, kontakta sjukvården innan barnet återgår till förskolan.
- Informera förskolans personal om ditt barn har magtarminfektion så kan smittspridningen på förskolan begränsas.

För mer information

- Smitta i förskolan – en kunskapsöversikt: www.folkhalsomyndigheten.se
- 1177 Vårdguiden www.1177.se