



OMGANGSSYKE I BARNEHAGER OG SKOLER

For å unngå spredning av sykdommer, er det viktig at barn og voksne holdes hjemme til de ikke er smittebærere lenger.

Ved oppkast/diaré skal man holde seg hjemme i **48 timer** etter siste gang man kastet opp/ hadde diaré.

God håndhygiene er det mest effektive tiltaket for å hindre smittespredning, og dermed forebygge infeksjoner!



God håndhygiene ved smitteutbrudd vil si å:

- Vaske synlig tilsølte hender grundig med **flytende såpe** i minst 30 sekunder, deretter skylle hendene og tørke med **papir**. Bruk papiret til å stenge kranen.
- Deretter benyttes **hånddesinfeksjonsmiddel**, som påføres slik at alle flater blir fuktige. **Gni inn middelet i minst 15 sekunder** til huden er tørr.

Når et barn får oppkast eller diaré i barnehagen:

- Sendes det syke barnet hjem; de øvrige ut, for lek i frisk luft.
- Skal det tørkes opp med papir som legges i en plastpose som knyttes igjen, før den kastes i vanlig restavfall.
- Skal det berørte området desinfiseres

Engangshansker skal benyttes ved vask i forbindelse med oppkast og diaré.

Tiltak ved utbrudd i barnehagen:

- Hold syke barn borte fra barnehagen (symptomfri i 48 timer).
- Hold barna mest mulig utendørs.
- Unngå blanding av barn fra ulike avdelinger i barnehagen.
- Vask leker daglig - ha spesielt fokus på leker som puttes i munnen.
- Vask og evt. desinfiser alle berøringspunkter, med spesielt fokus på dørhåndtak, nedspylingsknapp, armatur på håndvask.
- Informér foreldre om når barna kan komme tilbake etter sykdom.

Forskrift om miljørettet helsevern i barnehager og skoler m.v.

§17

Smittevern:
Virksomheten skal planlegges og drives slik at risikoen for spredning av smittsomme sykdommer blir så liten som praktisk mulig.

**F
A
K
T
A**



De vanligste **diaré sykdommer** forårsakes av virus, f.eks. norovirus, adenovirus og rotavirus. Normalt er man smittefri etter 48 timers symptomfrihet. Ved diaré forårsaket av enkelte bakterier, er det nødvendig med et visst antall negative avføringsprøver før barnet kan vende tilbake til barnehagen.

Symptomer på virusinfeksjon er: akutt innsettende oppkast, diaré, kvalme og magesmerter. Noen opplever også influensaliknende symptomer som feber, muskelverk og leddverk. Virus er meget smittomt, og tiltak for å hindre spredning av smitte bør iverksettes tidlig ved mistanke om infeksjon. De viktigste smitteverntiltakene er **god håndhygiene** og **å holde syke barn hjemme**.

Virus kan smitte fra person til person via hender, som dråpesmitte, og via forurensede matvarer og drikkevann. Inkubasjonstiden er 12-48 timer, og varighet av sykdom er vanligvis 1-2 døgn.

Det finnes ingen spesifikk **behandling** av virusinfeksjon, men man kan lindre symptomer og forebygge komplikasjoner. Det er viktig med god pleie og rikelig med drikke. Det er viktig at den væsken man gir for å forhindre uttørring, ikke inneholder for mye sukker (som f.eks. brus), da dette kan øke graden av diaré. Lett brus inneholder søtningsstoffer som kan binde vann i tarmen, og opprettholde eller forverre diaréen. Apotekene kan gi god informasjon om væskeerstatning. Spedbarn kan, og bør, ammes som normalt.

Barn under 2-3 år med akutt diaré bør man følge ekstra godt med, fordi en eventuell uttørring kan komme relativt raskt.

Tegn på uttørring kan være at barnet er:

- Tørst og/eller tørr i munnen.
- Slapp og/eller trett.
- Urolig og/eller skriker mye
- Og/eller at urinen har mørk farge (høy konsentrasjon av avfallsstoffer)
- Vektredusert (kun aktuelt ved kjent vekt like før sykdom)

Når bør du kontakte lege?

- Hvis barnet er under 6 måneder.
- Hvis barnet har blodig avføring og/eller oppkast.
- Hvis barnet er slapt og ellers har redusert allmenntilstand.
- Hvis barnet ikke tar til seg væske, eller tisser sjeldent.



Når det gjelder små barn med akutt diaré, er det bedre å ta kontakt med lege en gang for mye enn å la være.

Særlig aktsom skal man være når små barn har både oppkast og diaré.

Ta gjerne kontakt med din lokale helsestasjon eller skolehelsetjeneste.

For mer informasjon se "Faglige råd barnehager og smittevern", utgitt av Folkehelseinstituttet i 2009
www.fhi.no