

20210201

SPIRAs policy vid sjukdomar

Om barnet blir sjukt så anmäler ni i första hand frånvaron på Förskoleappen. Gör detta i så god tid som möjligt, helst innan 8.00 den dag ni stannar hemma. Ni fyller även i när ni förväntar er att vara tillbaka på förskolan och varför ni blir hemma. Skriv även om det rör sig om ledighet eller sjukdom. Det är viktigt för oss att veta så vi kan gå ut med information vid stora smittspridningar. Vill ni istället ringa och sjukanmäla ert barn gör ni det senast klockan 08.00. När barnet är friskt så vill vi att ni ringer dagen innan och meddelar oss att ni kommer tillbaka.

Att barn på förskola oftare blir sjuka än när de endast vistas i hemmamiljön är inte konstigt. Dels träffar de barn som bär på olika smittor, dels är de mer mottagliga eftersom immunförsvaret ännu inte byggts upp. Följande råd kan läsas på Vårdguiden och vi på SPIRA har det även som vår policy. På hösten kommer diverse sjukdomar och smittor som ett brev på posten. Barnen på förskola leker tätt tillsammans och är inte ute lika mycket som under den ljusare delen av året. Du som förälder kan göra en hel del för att förebygga smittspridning, men självklart är det ingen garanti för att ditt barn inte ska bli sjukt. För att vi ska få vara så friska som möjligt ber vi er att respektera vår sjukdomspolitik.

Du som förälder kan tänka på att:

- Barnet har med sig kläder som klarar längre utomhusvistelse. När de är ute håller sig barnen lättare friska och smittar mindre.
- Inte vara för snabb med att låta barnet komma tillbaka till förskolan efter förkylning och feber. Även om barnet verkar piggt hemma kan det bli tröttare fortare på förskolan där tempot är ett annat. Barnet kan då lättare få ett nytt virus.

Sju smittor som är vanliga på förskola:

Förkylning

Övre luftvägsinfektion är den vanligaste orsaken till att barn är sjuka. Det finns ett flertal virus som orsakar förkylning. Smittar vid direktkontakt och genom luften. Att kyla orsakar förkylning är en myt.

Covid 19 orsakas av ett nytt virus. Sjukdomen påminner om influensa, med feber och hosta. De flesta blir lindrigt sjuka. Det är av yttersta vikt att stanna hemma och undvik att träffa andra, även om barnet bara är "lite förkyld".

Så minskar du smittspridning:

Förkylning är svår att undvika eftersom den smittar någon dag innan den bryter ut. Att vara utomhus minskar risken. Barnet bör vara hemma så länge det har feber. Det ska inte gå till förskolan om det inte orkar med dagens aktiviteter.

Eftersom man inte vet om det är en vanlig förkylning eller covid 19 är det viktigt att man stannar hemma minst 48 timmar efter sista symtomen.

Maginfluensa

Smittsam virussjukdom där barnet kan kräkas, få diarré och ha ont i magen. Maginfluensa smittar genom utandningsluften, kontakt med andra och via mat. Det är viktigt att ge barn tillräckligt med vätska eftersom de snabbt kan bli uttorkade. Mata gärna med sked ofta så blir det lättare för barnet att behålla vätskan. Ger du vätskeersättning behöver du inte låta det vara mer än hälften av vanligt vätskeintag, annars finns det risk för rubbning i saltbalansen.

Så minskar du smittspridning:

Var noga med att tvätta händerna efter toalettbesök. Tvätta händer och skötbord med handsprit vid blöjbyte. Vid maginfluensa är det särskilt viktigt att kräkningarna och de vattniga diarréerna upphört. Barnet kan ha lite lös avföring en period efter maginfluensan, med det hör inte till virusinfektionen utan till reningen av slemhinnan. Går barnet tillbaka till förskolan för tidigt finns det risk för att sjukdomen går runt och att barnen blir sjuka flera gånger. **Ett barn som haft maginfluensa bör vänta minst 48 timmar innan det går tillbaka till förskolan.**

Huvudlöss

Beror inte på dålig hygien. Lössen överförs från ett barn till ett annat via kontakt huvud mot huvud.

Så minskar du smittspridning:

Påbörja behandling så fort ni upptäckt löss eller ägg i håret. På apoteket kan du köpa en luskam. Använd lusmedel som också finns att köpa på apotek. Undersök övriga familjen om någon fått löss. Barnet kan gå tillbaka till förskolan när det inte hittas några ägg eller löss.

Höstblåsor

Virusinfektion som kan ge blåsor i munnen och ibland även på händer och fötter. Epidemier inträffar med några års mellanrum och smittorisken är då stor. Barnet kan få svårt att äta om det har blåsor i munnen.

Så minskar du smittspridning:

Symtomen märks först en tid efter att smittan spridits. Var noga med hygien, tvätta händerna regelbundet och undvik i möjligaste mån närkontakt med den smittade. Låt barnet vara hemma från förskolan om det har feber och/eller är hängigt.

Springmask

Små runda maskar som ger klåda i ändtarmen och ibland också i slidmynningen hos flickor. Barnet smittas genom att svälja ägg vilka kan överleva i damm och textilier i ett par veckor. Det är lätt att barnet får infektionen på nytt när det kliar sig och sedan stoppar fingrarna i munnen.

Så minskar du smittspridning:

Var noga med att tvätta händerna. Se till att barnets naglar är korta. Duscha barnet varje dag. Tvätta stjärten noga med vatten och tvål. Byt kläder och lakan ofta. Det finns medicin att köpa receptfritt på apoteket. Barnet är välkommen tillbaka till förskolan när hen är medicinerad, dvs efter ca 2 dygn. Det



är ganska vanligt att flera som bor tillsammans har springmask även om inte alla har besvär. Det är därför bra att samtidigt behandla alla som bor tillsammans