

INFORMASJON

FOR

FORELDRE OG SKOLEPERSONELL

OM BARNES SYKDOM OG HELSE



Informasjonen er utarbeidet av Ås kommune ved helse og sosialetaten i samarbeid med oppvekst og miljøetaten. Den er basert på faglige retningslinjer fra Nasjonalt Folkehelseinstitutt.

Doc.id	Godkjent av	Versjon	Revidert
G:\OK\Skole-"Informasjonsbrosjyre for foreldre og ansatte I skolen om barnssykdom og helse"	Fagkonsulent skole	1.0	01.03.12

FRISK NOK ELLER SYK?

Er barnet mitt friskt nok til å gå på skolen i dag?

Du kommer sikkert mange ganger til å stille deg selv dette spørsmålet. Hensikten med denne brosjyren er å gi informasjon som kan bidra til å gjøre det enklere for foreldre å avgjøre dette. Undersøkelser viser at faren for infeksjoner hos barnet øker med barnegruppens størrelse.

For å avgjøre om barnet skal gå på skolen eller være hjemme bør du alltid ta utgangspunkt i barnets behov. Barn kan være på skolen og SFO når de orker å delta i de vanlige aktivitetene og kan være ute. Man må også tenke på faren for å smitte barn og personale.

Som mor eller far er du ekspert på ditt barn og kan gjøre den rette bedømmelsen på hjemmeplan. Personalet som ser barnet på skolen/SFO har til oppgave å bedømme om barnet klarer å være med i gruppefelleskapet eller ikke. Rådfør deg med personalet når du føler deg usikker. Etter lengre tids sykdom kan det være riktig å la barnet være på skolen litt kortere tid de første dagene. Hvis du er i tvil om barnets diagnose og behandling kan du ta kontakt med lege eller helsesøster for å få råd og hjelp til å bedømme dette.

ALLMENNTILSTAND

Generelt kan man si at det er barnets allmenntilstand som skal avgjøre om det skal være hjemme fra skolen eller ikke. Mange ganger kan et barn være aktivt hjemme, men det orker likevel ikke å være med på aktivitetene på skolen og SFO. Dårlig allmenntilstand kan beskrives slik:

- barnet virker slapt og sløvt og er ikke slik det pleier å være
- barnet orker ikke å være aktiv - selv i korte perioder
- barnet vil ikke drikke og spise som det pleier
- barnet kvikner ikke til, selv når det får febernedsettende medisin

SMITTEFARE

Foruten vurdering av barnets allmenntilstand, tas smittefaren med i betraktning. Det kan være nødvendig å holde et barn hjemme for å beskytte de andre elevene mot smitte. Virusinfeksjoner er den vanligste årsak til sykdom og smitter som regel mest før og like etter at symptomene har oppstått. Den hyppigste smittemåte på skolen er gjennom kontakt, både direkte og indirekte. God håndhygiene hos voksne og barn samt et tilfredsstillende renhold på skolen kan redusere denne smittefaren.

SYKEPENGER VED BARNES SYKDOM

Arbeidstaker som har omsorg for barn under 12 år har rett til fri med lønn i inntil 10 dager for nødvendig tilsyn med barnet, når barnet eller barnepasser er syk. Det er særskilte bestemmelser for de som er alene om omsorgen for barnet/barna, de som har flere enn to barn og for de som har barn med funksjonshemming/kronisk sykdom/arvelig sykdom. Jf. Arbeidsmiljøloven § 12-9 Barns og barnepassers sykdom

NOEN RÅD VED VANLIGE SYMPTOMER

FEBER

Feber skyldes vanligvis en infeksjon forårsaket av virus eller bakterier. Temperatur måles i endetarmen og som feber regnes morgentemperatur over 37,5° og kveldstemperatur over 38°. Digitale termometer er vist å være mer pålitelig enn øretermometer. Et barn med feber bør være lett påkledd, oppholde seg i et ikke for varmt rom og drikke rikelig. Hvis barnet er plaget av feberen, kan en gi et febernedsettende medikament.

Hjemme?

Barn med feber skal være hjemme. Etter flere dagers sykdom, bør barnet ditt få en feberfri dag hjemme før det vender tilbake til skolen.

SNØRR

Snørr er i begynnelsen ofte klart, men kan gå over til tykt grønt snørr etter en tid. Bruk gjerne fysiologisk saltvann for å løse opp snørr. Medisinske nesedråper skal bare brukes en uke av gangen. Det kan være nødvendig å få barnet undersøkt av lege ved langvarig blankt snørr, fordi dette kan være et symptom på allergi.

Hjemme?

Nei, hvis barnet ikke har feber eller nedsatt allmenntilstand.

HOSTE

En del barn får lett hoste i forbindelse med vanlig forkjølelse. Hoste kan forverres ved fysisk aktivitet. Hostesaft har ofte liten effekt, rikelig med drikke anbefales for å motvirke seigt slim. Ved langvarig hoste bør barnet vurderes av lege. Den kan også skyldes overfølsomme luftveier.

Hjemme?

Et barn med hoste og god allmenntilstand, kan være på skolen.

VONDT I HALSEN

Tegn på halsinfeksjon kan være at barnet ikke vil drikke, spise eller har feber. Brekninger, magesmerter, mye sikling eller dårlig ånde kan forekomme. Dersom barnet har vondt i halsen og i tillegg feber mer enn et par dager, kan det være en bakteriell infeksjon forårsaket av streptokokker. Du bør da oppsøke lege med barnet for å få vurdert behandling med antibiotika. Streptokokker kan i blant gi plagsomme epidemier blant barn; gi derfor beskjed til personalet på skolen dersom legen stiller en slik diagnose.

Hjemme?

Ved streptokokkinfeksjon skal barnet holdes hjemme til det har fått antibiotika i minst ett døgn. Det kan gå tilbake til skolen hvis det ikke har feber og orker å delta i gruppesamværet sammen med de andre elevene.

NOEN RÅD VED VANLIGE SYKDOMMER

BRENNKOPPER

Brennkopper kalles også impetigo og er en bakteriell infeksjon med sår, ofte rundt nese og munn. Noen ganger kan en bakteriedrepende salve være tilstrekkelig behandling. Andre ganger må barnet få antibiotika. Brennkopper er ikke farlige, men fordi de er relativt smittsomme har de stor innvirkning på hverdagen i skolen/SFO.

Hjemme?

Yngre barn har generelt ikke forståelse for renslighet og vil hele tiden berøre sårene og klø i dem. Dermed økes smitterisikoen. Barn med brennkopper kan vende tilbake til skolen når hudlesjonene er under kontroll. Grunnlaget for skjønnheten her må være at det ikke lenger er fare for at smitteførende sårsekret kan påføres andre elever direkte eller indirekte gjennom kontaktpunkter. Ved få og små lesjoner vil dette kunne ivaretas gjennom god tildekking, men ved mer utbredte lesjoner vil det være nødvendig at lesjonene er tørre og på vei til å forsvinne.

HODELUS

Lus er 2 - 3 mm stor og spres gjennom direkte kontakt fra hode til hode (også gjennom hodeplagg og kam/børste). Lus skyldes ikke urenslighet. Lettest oppdages lus ved å gre barnets våte hår med lusekam (fra apoteket), da kan du oppdage lus eller egg på kammen eller på et hvitt håndkle som er lagt over skuldrene. Dette bør gjøres ukentlig hvis det er lus i miljøet (selv om barnet er behandlet). Kløe i hodebunnen er et sent symptom og oppstår først 3-4 måneder etter at man er smittet.

Barn som har lus (ikke bare egg) behandles med et spesielt liniment som er til salgs på apoteket uten resept. Sjampo anbefales ikke. Gre gjerne barnets hår med lusekam en times tid etter at midlet er satt inn, slik kan du sikrest bli kvitt lusen. Hele familien bør undersøkes samtidig, men bare de som har levende

lus skal behandles. Behandlingen må gjentas etter 8 dager for å ta knekken på de lusene som har vært beskyttet i eggene. Lus overlever bare 1-2 døgn utenfor hodebunnen. Sengeklær og klær som har vært i kontakt med håret, kan enten vaskes i 60°, kjøres i tørketrommel eller legges i dypfryseren i noen timer. Fortsett å gre barnets våte hår jevnlig med lusekam i flere uker.

Hjemme?

Barnet skal være hjemme til første behandling er gjennomført. Personalet må varsles om at barnet har hatt lus. Dermed kan alle barna i gruppen undersøkes og eventuelt behandles mot lus samtidig. Slik unngås det at ditt barn kan bli smittet på nytt når det kommer tilbake igjen på skolen.

KIKHOSTE

Det er i Norge vanlig å vaksinere spedbarn mot kikhoste ved 3, 5 og 11-12 måneders alder. Beskyttelsen svekkes med årene og kikhoste er en vanlig sykdom i Norge. Kikhoste smitter mest i starten før det typiske symptomet "kiking" oppstår, men kan være smitteførende i 3 uker fra symptomdebut. Det er viktig å gi personalet beskjed dersom barnet får diagnostisert kikhoste. Kikhoste hos barn under 2 år kan være livstruende. Informer eventuelle foreldre i miljøet, da forebyggende behandling kan være aktuelt. Kommunehelsetjenesten vil vurdere om uvaksinerte eller mangelfullt vaksinerte barn skal vaksineres.

Hjemme?

Etter fem dagers antibiotikabehandling kan barnet gå på skolen, men barnets allmenntilstand må også vurderes. Dårlig søvn og hoste/kikinger med brekninger innebærer ofte at barnet ikke orker å være på skolen.

MESLINGER

Vanlige symptomer på meslinger er høy feber, hoste, røde øyne og utslett over hele kroppen. De fleste barn i Norge vaksineres mot meslinger når de er 15 måneder. Alle barn får tilbud om ny vaksinerings når de går i 7. klasse. Vaksinen gir ikke hundre prosent immunitet. Meslinger forekommer relativt sjelden.

Hjemme?

Barn med sikker diagnose kan gå på skolen fire dager etter utbrudd av utslett, hvis allmenntilstanden er bra.

KUSMA

Vanlige symptomer er feber, hovne spyttkjertler på halsen, vanligvis på begge sider. De fleste barn i Norge vaksineres mot kusma når de er 15 måneder. Alle barn får tilbud om ny vaksinerings når de går i 7. klasse. Vaksinen gir ikke hundre prosent immunitet. Kusma forekommer relativt sjelden.

Hjemme?

Barn med sikker diagnose kan gå på skolen etter ni dager etter første tegn til hevelse, hvis allmenntilstanden er bra.

RØDE HUNDER

Vanlige symptomer er moderat feber, utslett som brer seg fra ansiktet til hele kroppen. Det finnes andre virusinfeksjoner som kan gi lignende symptomer. Mange ganger er det vanskelig å stille diagnosen selv og du bør kontakte lege ved mistanke om denne sykdommen.

Hjemme?

Barn med sikker diagnose kan gå på skolen fem dager etter utbrudd av utslett. Informasjon til miljøet er viktig fordi uvaksinerte gravide kvinner risikerer fosterskade, hvis de smittes i første del av svangerskapet.

MOLLUSKER

I - 5 mm store blanke opphøyninger i huden kan være mollusker. De forårsakes av virus, varer over mange måneder til år og helbredes uten behandling.

Hjemme?

Nei, det er ikke nødvendig.

HÅND-FOT- OG MUNNSYKE

Dette er hovedsakelig en mild sykdom, men det finnes også noen som blir ganske syke. Som navnet tilsier oppstår det et blemmepreget utslett på håndflater, fingrer og fotsåler. Innimellom finnes utslettet også på rumpa, og det kan forekomme infeksjon i munnen samtidig. I løpet av 8-10 dager forsvinner utslettet.

Hjemme?

Nei, barnet kan gå på skolen hvis allmenntilstanden tillater det.

OPPKAST / DIARÉ

Symptomene er hyppig og tynn avføring og/eller flere brekninger. Barnet kan ved dette tape mye væske (spesielt er små barn utsatt). Det er derfor viktig å passe på at barnet drikker rikelig. Hvis det kaster opp, gi små mengder av gangen (gjerne med skje). Kontakt lege hvis barnet er slapt, sløvt og ikke vil drikke.

Hjemme?

I det akutte stadiet skal barnet være hjemme. Tilstanden er ofte svært smittsom og smitte kan skje også etter at barnet er kvitt oppkast og diaré. Barnet skal først vende tilbake til skolen/SFO to døgn etter at det er helt fri for symptomer og dette skal praktiseres strengt.

SKABB

Skabbmidden graver seg ned i huden og gir etter noen uker intens kløe og utslett. Typiske områder som angripes er området mellom fingrene, håndleddene samt albuer og underliv. Diagnostisering er vanskelig og bør helst stilles gjennom påvisning av skabbmidd. Kontakt lege hvis du har mistanke om at barnet ditt har skabb.

Hjemme?

Barnet kan gå på skolen dagen etter at behandling er igangsatt. Gi beskjed til skolen/SFO om ditt barn har påvist skabb.

SKARLAGENSFEBER

Skarlagensfeber forårsakes av streptokokker. Symptomene er at barnet har vondt i halsen, "bringebærtunge", finprikkete utslett på kroppen samt feber. Kontakt lege, da sykdommen behandles med antibiotika.

Hjemme?

Barnet kan gå på skolen 1 døgn etter at behandlingen er påbegynt hvis allmenntilstanden tillater det.

SMÅMARK

Småmark er hvite og ca en cm lange. De ligner bomullstråder. Det vanligste symptomet er kløe rundt endetarmsåpningen etter at barnet er gått til sengs om kvelden. Jenter kan også få kløe og svie rundt skjedeåpningen. Hele familien bør behandles med ormemiddel som fås uten resept. God hygiene (hyppig håndvask og skifte av klær) i to uker etter behandling er igangsatt, bidrar til å unngå gjentatt smitte.

Hjemme?

Barnet kan gå på skolen dagen etter at behandling er påbegynt. Av og til kan smitte ha skjedd på skolen/SFO og det er lurt å orientere personalet. Slik kan ditt barn unngå å bli smittet på nytt.

SOPPINFEKSJON I HUDEN

Hudforandringene er typisk velavgrensede og rødlige med størst aktivitet i randsonen. Behandlingen er ofte langvarig med soppdrepende salve.

Hjemme?

Barnet kan gå på skolen/SFO dagen etter igangsatt behandling.

VANNKOPPER

Dette er en virusinfeksjon med små væskefylte blemmer (kopper). Disse kommer i ulike stadier: ferske blemmer opptrer samtidig med inntørkede. Barnet er svært smitteførende 1-2 dager før symptomene oppstår og i 3-4 dager etter at første vannkopp er oppstått. Det varierer hvor hardt angrepet barnet blir. På apoteket får du kjøpt et middel kalt hvitvask som kan hjelpe mot kløen. Pasienter med sterkt redusert immunforsvar samt nyfødte kan få et meget alvorlig sykdomsforløp og skal skjermes for smitte. Disse pasientene bør kontakte lege, hvis de tror seg smittet.

Hjemme?

Kan gå på skolen/SFO når siste vannkopp har tørket inn.

VORTER

Forårsakes av virus. Både hånd- og fotvorter helbredes av seg selv, men det kan ta opptil flere år før de forsvinner. Behandling av vorter kan være nødvendig, dersom de sitter på utsatte steder og/eller blør. Vorter under føttene kan være ubehagelig å gå på.

Hjemme?

Nei, det er ikke nødvendig.

ØYEKATARR

Øynene er røde og rennende. Materie/verk fra øynene.

Hjemme?

Nasjonalt Folkehelseinstitutt anbefaler per i dag ikke at barn med mild til moderat øyekatarr holdes hjemme. Ved rikelig pussdannelse bør barnet ikke være på skolen/SFO. Ved epidemilignende utbrudd er det også rimelig at skolen praktiserer en streng linje for å få slutt på utbruddet.

ØREINFEKSJON

Smerter i ørene, gjerne i forbindelse med en forkjølelse, skyldes oftest en virusinfeksjon og går over av seg selv uten behandling. Små barn er spesielt utsatt for øreinfeksjon. På dagtid kan barnet virke upåvirket, men smertene øker ofte på når barnet ligger flatt. Forsøk å heve hodegjerdet på sengen ved å legge noen bøker under sengebena (eller å bygge opp under madrassen).

Hvis barnet virker plaget, kan et smertestillende medikament gis, eventuelt kombinert med saltvannsdråper. Nyere studier viser at barn ofte blir like fort friske av øreinfeksjonen uten antibiotika som med behandling. Hvis øresmertene fortsetter over flere dager, barnet har høy feber eller virker svært dårlig, bør lege kontaktes.

Hjemme?

Dersom allmenntilstanden er upåvirket, kan barnet gå på skolen. Dette gjelder også de barna som har påbegynt en antibiotikakur.

EGNE NOTATER: