

## Kan jeg gå i barnehagen i dag?



**Rullert 2016**

*Dette heftet er utarbeidet i samråd med kommunelegen og helsestasjonen for å hjelpe foreldre og personale med hvordan vi skal forholde oss når barna blir syke.*

### **Informasjon til foreldre som har syke barn**

Du kommer sikkert mange ganger til å stille deg selv spørsmålet:  
"Er mitt barn friskt nok til å være i barnehagen?"

Hensikten med denne brosjyren er å gi informasjon som gjør det lettere for foreldre å svare på dette spørsmålet.

Det er viktig å gå ut fra barnets behov. Det er ikke foreldrene eller personalet s behov som skal avgjøre om et barn skal være hjemme eller ikke.

Hvis alle foreldrene prøver å følge retningslinjene vil alle barna bli mindre utsatte for smitte og de vil lettere unngå å bli syke.

Et sykt og slapt barn trenger et fang å sitte på. I en gruppe med barn er det ofte masete og mange barn ønsker personalets oppmerksomhet. Ditt barn kan være i en barnegruppe når det er så opplagt at det orker å delta i de vanlige aktivitetene ute og inne.

Generelt kan man si at det er barnets allmenntilstand dvs. hvordan det sover, spiser og klarer å være med i leken som avgjør om det skal være hjemme eller ikke. Mange ganger kan et barn være aktivt hjemme, men orker likevel ikke være med på leken i barnehagen. Som mor eller far er du ekspert på ditt barn og kan gjøre den rette bedømmelsen på hjemmeplan. Personalet som daglig ser barnet i en gruppe har til oppgave å bedømme om barnet klarer å være med i gruppefellesskapet eller ikke.

Det er viktig at du rådfører deg med personalet når du føler deg usikker. Etter en lengre tids sykdom kan det være riktig å la barnet være med i barnegruppen kortere tid de første dagene.

Hvis du er i tvil om barnets diagnose og behandling, kan du ta kontakt med en allmennpraktiserende lege eller helsesøster for å få råd og hjelp til å bedømme dette.

## **Sykepenger ved barns sykdom**

Det er folketryktdloven som til enhver tid regulerer hvilke rettigheter man har ved barns sykdom.

De siste årene har følgende vært gjeldende:

Foreldre som har omsorg for barn under 12 år, har rett til sykepenger under fravær fra arbeidet når barnet er sykt. Retten gjelder til og med det året barnet fyller 12 år.

Sykepenger gis for inntil :

- 10 dager pr. kalenderår
- 15 dager pr. kalenderår hvis du har omsorg for mer enn to barn
- 20 dager pr. kalenderår hvis du har omsorg for kronisk sykt eller funksjonshemmet barn
- 20 dager pr. kalenderår hvis du er alene om omsorgen
- 30 dager pr. kalenderår hvis du er alene om omsorgen for mer enn to barn
- 40 dager pr. kalenderår hvis du er alene om omsorgen for kronisk sykt eller funksjonshemmet barn

For å få utvidet rett til sykepenger på grunn av omsorg for et funksjonshemmet eller kronisk sykt barn, må du innhente forhåndsgodkjenning fra trygdekontoret.

Sykepenger ved barns sykdom utbetales vanligvis av arbeidsgiveren. Arbeidsgiveren kan kreve refusjon av trygdekontoret i henhold til gjeldende regler.

Du kan være fraværende i inntil tre dager uten å fremlegge legeerklæring om barnets sykdom. I motsetning til hva som gjelder ved egen sykdom stilles ikke krav om to måneders ansettelsesforhold før det foreligger rett til å benytte egenmelding. Det er tilstrekkelig med fjorten dagers ansettelse.

Vær oppmerksom på at egenmeldingsretten ved små barns sykdom gjelder fraværsdager og ikke kalenderdager som ved egen sykdom.

## **Smittefare**

Man vet at mange infeksjonssykdommer smitter mest akkurat før og like etter at sykdommen har brutt ut. Ofte har barnet derfor allerede smittet sine lekekamerater når det oppdages at barnet er sykt. Det kan derfor ansees som unødvendig å holde et barn hjemme hvis man tenker på smittefaren.

## **Infeksjoner forårsaket av bakterier**

Her kan det medføre at barnets allmenntilstand blir mer påvirket enn ved virusinfeksjoner. Barnet kan behøve behandling med antibiotika. I disse tilfellene er det best at barnet er hjemme noen dager, dels pga den nedsatte allmenntilstanden og dels fordi to dagers antibiotikabehandling gjør barnet smittefritt.

## **Virusinfeksjoner**

De fleste infeksjoner som barn har, forårsakes av virus. Virusinfeksjoner smitter som regel mest før og like etter at symptomene har oppstått. Utifra smittefaren alene, er det altså liten grunn til å holde barnet hjemme. Det som avgjør om barnet skal være hjemme eller ikke er barnets allmenntilstand.

Vurdering av barnets allmenntilstand vil alltid måtte basere seg på foreldres skjønn. Som hovedregel bør barnet være friskt nok til å kunne delta i normale aktiviteter i barnehagen.

## **Noen råd om vanlige symptomer**

### Allmenntilstand

Forandringer i allmenntilstand er ett av de sikre tegn på sykdom hos barn, som for eksempel:

- barnet virker sykt og er ikke slik det pleier
- barnet orker ikke sitte, men henger med hodet
- barnet orker ikke snakke
- barnet orker ikke være oppe å leke – selv i korte perioder
- barnet vil ikke drikke
- barnet har nedsatt appetitt
- barnet kvikner ikke til, selv når de får febernedsettende medisin
- barnet sover urolig

### Feber

Feber skyldes vanligvis en infeksjon forårsaket av virus eller bakterier. Barnets temperatur måles i endetarmen og som feber regnes morgentemperatur over 37,5 og kveldstemperatur over 38.

Noen barn har litt høyere temperatur enn dette, og dette er normalt for dem. Man merker ikke noe på dem. Et barn med feber bør være lette kledd, oppholde seg i et ikke for varmt rom, og få rikelig drikke.

Hjemme? Barn med feber skal være hjemme. La barnet ditt få **en feberfri dag** hjemme før det vender tilbake til barnehagen etter flere dagers fravær.

### Hoste

En del barn får lett hoste i forbindelse med vanlig forkjølelse. Dersom barnet ikke virker sykt, kan det gå i barnehagen som vanlig. Hoste kan forverres ved fysisk aktivitet, og man bør derfor holde seg orientert om hvordan barnet greier dagen i barnehagen. Ved langvarig hoste bør barnet bedømmes av lege med tanke på eventuell allergisk årsak.

Hjemme? Et barn med hoste, men uten feber og med god allmenntilstand kan være i barnehagen.

### Vondt i halsen

Når man har vondt i halsen skyldes det en infeksjon i svelget. Små barn kan ikke alltid fortelle når de har vondt i halsen. Tegn på infeksjon kan være at barnet ikke vil drikke, spise eller har feber. I blant forekommer brekninger, magesmerter og noen barn sikler. Dersom barnet har vondt i halsen og i tillegg feber mer enn et par dager, kan det være spørsmål om en bakteriell infeksjon forårsaket av streptokokker. Du bør da oppsøke lege med barnet ditt. Streptokokker kan iblant gi plagsomme epidemier blant barn; gi derfor beskjed til personalet dersom barnet ditt har en slik infeksjon!

Hjemme? Etter to dagers antibiotikakur skal barnet være smittefri, og kan gå tilbake til barnehagen hvis det er feberfritt, og orker å delta i gruppesamværet sammen med de andre barna.

## Noen råd om vanlige sykdommer

### Brennkopper

Dette kalles også impetigo og er en bakteriell infeksjon med sår, ofte rundt nese og munn. Behandlingen består i å vaske bort skorpen med såpe og vann og evt. dekke til med plaster. Noen ganger må man bruke en bakteriedrepende salve som smøres på (Brulidine).

Hjemme? Barn bør være hjemme hvis infeksjonen er utbredd og behandles med antibiotika. Dersom allmenntilstanden tilsier det, kan barnet gå tilbake til barnehagen dagen etter igangsatt behandling.

### Streptokokker, gruppe A (GAS)

Barn med hudinfeksjon skal behandles og kan vende tilbake til barnehagen når hudlesjoner er under kontroll (ingen ukontrollert sekresjon og lesjoner som kan tildekkes). Ved GAS-halsbetennelse eller skarlagensfeber kan barnet vende tilbake til barnehagen når det har vært på full penicillindose i minst 1 døgn. I tillegg må barnet være klinisk friskt og feberfri.

### Forkjølelse/snue

Snørr er i begynnelsen klart og kan gå over til tykt grønt snørr etter en tid. Ved kortvarig snørr uten påvirket allmenntilstand er det ingen grunn til å holde barnet borte fra barnehagen. Det kan være nødvendig å få barnet legeundersøkt ved langvarig blankt snørr fordi dette kan være symptom på allergi eller mellomørebetennelse.

Hjemme? Barn med snørr uten feber eller nedsatt allmenntilstand behøver ikke å isoleres fra gruppen.

### Lus

Barnet kan vende tilbake til barnehagen så snart behandlingen er igangsatt. Se for øvrig eget skriv.

### Ringorm

Barnet kan vende tilbake til barnehagen dagen etter at behandlingen er igangsatt.

### Rotavirusinfeksjon

Barnet kan vende tilbake til barnehagen 2 døgn etter symptomfrihet.

### Norovirusinfeksjon

Barnet kan vende tilbake til barnehagen 2 døgn etter symptomfrihet. Kontrollprøve ikke nødvendig.

### Kikhoste

Mange ganger er det vanskelig å stille diagnosen selv, man bør derfor kontakte lege dersom man mistenker at barnet skulle ha kikhoste. Ved behandling tidlig i sykdomsforløpet blir pasienten vanligvis smittefri 5 dager etter igangsatt behandling, og barn bør derfor holdes hjemme fra barnehagen i denne perioden. Ved behandling senere i sykdomsforløpet vil smittsomheten være betydelig mindre, og barn kan derfor gå i barnehage eller skole dagen etter igangsatt behandling. Friske nærkontakter som settes på profylaktisk behandling trenger ikke å være hjemme fra barnehage.

Hjemme? Barnet kan komme i barnehagen 5 dager etter igangsatt behandling. Ut over dette avgjør barnets allmenntilstand om det kan være i barnehagen. Dårlig søvn og hoste/kikinger med brekninger kan innebære at barnet ikke orker å være i barnehage.

### Meslinger – kuma – røde hunder

De fleste barn over 15 måneder er vaksinert mot disse virusinfeksjonene. Derfor er det ikke vanlig i dag at barn får noen av disse barnesykdommene. Mange ganger er det vanskelig å stille diagnosen selv, man bør derfor kontakte lege dersom man mistenker at barnet skulle ha en av disse sykdommene.

Hjemme? Ja, barnet skal være hjemme i sykdomsperioden. Det kan begynne i barnehagen når allmenntilstanden tillater det.

### Mollusker

1 – 5 med mer stor blanke opphøyninger i huden som etter noen uker får en inndragning på midten. Mollusker forårsakes av virus og barnet smitter seg selv når det klør. Molluskene smitter sjelden til andre personer og helbredes oftest uten behandling, men av og til kan det være nødvendig å skrape dem bort.

Hjemme? Nei.

### Diare med eller uten brekninger

Barn med akutte diaretilstander kan vende tilbake til barnehagen 2 døgn etter at de har blitt symptomfrie. Dette gjelder også bleiebarn. Barn som konstitusjonelt har tendens til løs avføring trenger ikke å holdes borte fra barnehagen. Det må være foreldrene som avgjør om barnet har en unormal diaretilstand. Ved diaretilstander hvor man mistenker næringsmiddeloverført mikrobe (for eksempel etter utenlandsreiser) bør barnet undersøkes av lege og det bør sjekkes om andre barn i barnehagen har symptomer.

Hjemme? I det akutte stadiet skal barnet være hjemme. Når barnets allmenntilstand tilsier det, kan det vende tilbake til barnehagen. Barnet skal da kunne innta fast føde og være opplagt. I våre barnehager gjelder følgende regel: barnet skal være hjemme i minst 2 døgn etter at det har kastet opp siste gang. Avføringen trenger ikke være fast fordi det kan ta opp til flere uker før avføringen igjen er normal. Avføringen skal imidlertid ikke være rennende.

### Skabb

Skabbmidden graver seg ned i huden og gir etter noen uker intens kløe og utslett. Diagnosen kan være vanskelig, og den bør helst være stilt gjennom påvisning av skabbmidd.

Hjemme? Barnet kan vende tilbake til barnehagen dagen etter at behandlingen er igangsatt.

### Skarlagensfeber

Skarlagensfeber forårsakes av streptokokkbakterier. Symptomene består av vondt i halsen, "bringebeærtunge", finprikkete utslett samt feber. Behandles med antibiotika.

Hjemme? Ja, i hvert fall minst to dager etter at antibiotikabehandlingen er påbegynt. Tilbake når allmenntilstanden tillater det.

### Småmark

Småmark er smal, hvit og ca 1cm lang og ligner en bomullstråd. Det vanligste symptomet er nattekløe rundt endetarmsåpningen. Behandles med ormemiddel som fåes uten resept på apoteket. Hele familien bør behandles.

Hjemme? Barnet kan gå tilbake til barnehagen dagen etter igangsatt behandling.

### Vannkopper

En virusinfeksjon med små væskefylte blemmer(kopper). Disse kommer i ulike stadier; ferske blemmer opptrer samtidig med inntørkede. Barnet er smitteførende 1 uke før symptomene og så lenge det finnes væskefylte blemmer. Barn med utpreget kløe risikerer å få en bakteriellinfeksjon der barnet klør seg.

Hjemme? Når blemmene har tørket inn kan barnet vende tilbake til barnehagen.

#### Vorter

Forårsaket av virus. Både hånd og fotvorter helbredes oftest av seg selv, men det kan ta opp til to år før de forsvinner. Behandling kan være nødvendig dersom vortene sitter på utsatte steder og/eller blør.

Hjemme? Nei

#### Ørebetennelse

Ørebetennelse forårsaket av bakterier behandles eventuelt med antibiotika og nesedråper etter vurdering av lege.

Hjemme? Barnet kan gå tilbake til barnehagen når allmenntilstanden tilsier det.

#### Øyekatarr (konjunktivitt)

Med dagens kunnskap er det ikke av smittevern hensyn grunnlag for å anbefale at barnehagebarn ved mild til moderat øyekatarr holdes hjemme. Bare ved kraftig øyekatarr med rikelig pussdannelse bør barnet holdes hjemme inntil pussdannelsen har avtatt. Ved kraftig øyekatarr vil det vanligvis være behov for legekontakt, og barnets allmenntilstand vil også i stor grad styre behovet for å være hjemme fra barnehagen. Det må være opp til barnets foresatte å avgjøre om et barn som har symptomer på konjunktivittsymptomer skal undersøkes av lege. Dersom behandling igangsettes kan barnet gå i barnehagen dagen etter igangsatt behandling. Barnehageansatte kan generelt ikke forlange at barn med konjunktivitt-symptomer skal undersøkes eller behandles med øyedråper før de kan få gå tilbake til barnehagen, men kan ved tvil drøfte dette med barnets foresatte. Ved usikkerhet bør smittevernlegen i kommunen kontaktes.

## **Forebygging av ulykker**

Ulykkesstatistikken viser at barnet den tiden det er i barnehagen er utsatt for færre ulykker enn andre barn. Det stilles strenge krav til sikkerhet og kontroll av lekeapparater og annet utstyr i barnehager/parker.

Her er noe du bør tenke på for å hjelpe til med å minske sjansene for ulykker:

- Barnet bør ikke ha lange skjerf eller dusker på klærne. Det er da en viss fare for at plaggene kan sette seg fast og barnet blir kvalt.
- Unngå hetter da disse kan skygge for sikten til barnet når det skal snu seg.
- Barn bør ikke bruke tresko. Det er stor fare for at de trækker over og forstuer foten.
- Barnet bør bruke hjelm på skøytebanen, i akebakken og da det sykler (på to hjul).

## **Barn og kulde**

Hver vinter melder spørsmålet seg:

”Skal barnet være ute når det er kaldt – og hvilken temperaturgrense gjelder?”

Det kan ikke gis noe enkelt svar. Den temperaturen man kjenner vil være avhengig av både vindhastighet og fuktighet, så vel som lufttemperaturen. Ved sterk vind bør kanskje

ikke barna være så lenge ute selv om utetemperaturen ikke er så lav. Det barnet har på seg, er også avgjørende for hvor lenge de kan være ute.

Det settes ingen nedre grense for antall grader for utelek, men det må tas hensyn til eventuell vind, alder på barna osv. Hvor lenge barna skal være ute, vurderes i det enkelte tilfelle. I våre barnehager er målsettingen at barna skal ut en liten tur hver dag.

Noen barn får tørr hud om vinteren (pga lave temperaturer, lav fuktighet) – og spesielt dersom det blåser. Unngå å vaske ansiktet mer enn nødvendig da det er kaldt, slik at hudens egen beskyttelse mot uttørring beholdes best mulig.

### **Medisiner i barnehagen**

I spesielle tilfeller kan det være helt nødvendig at legemidler gis i barnehagetiden. For disse situasjonene har barnehagen utarbeidet "retningslinjer for legemiddelhåndtering i barnehager."

Barnehagene gir ikke medisiner som ikke er "livsnødvendige". Dette gjelder antibiotika, øyedråper, neseppray, hostesaft o.lign.

Retningslinjene er godkjent av Kommunelege Arne Skogholt, 2011.  
Rullert desember 2016