

## Retningslinjer ved sygdom & smitsomme sygdomme i Børnegalaxen

Sygdom	Inkubationstid	Smitte	Møde i institutionen
<b>Børneorm</b>	2 - 6 uger	Fra 2 uger efter man er smittet til behandling er iværksat.	Ingen begrænsning
<b>Børnesår</b>	1 - 3 dage	Fra sårene begynder at væske, til sårene er tørret ind og skorperne skorperne er faldet af.	Når sårene er helet op, dvs. tørre og er faldet af.
<b>Diarré og opkastning</b>	Oftest få dage	Fra diarreens udbrud til afføringen er normaliseret. Der findes raske smittebærere.	Når barnet er rask og afføringen normal. Ved norovirus anbefales dog 2 dage hjemme efter diaré og opkast er ophørt.
<b>Forkølelse og influenza</b>	1 - 7 dage	Fra 1 døgn inden udbrud til 5 døgn efter udbrud.	Når barnet er rask og kan deltage i institutionens aktiviteter.
<b>Forkølelæssår</b>	2 - 12 dage	Fra dannelse af blærer til blæerne er tørret ind. Spredningen er ofte fra raske smittebærere.	Ingen begrænsning
<b>Hånd-, fod- og mundsye</b>	5 - 7 dage	Fra udbrud af sygdommen til bedring.	Ingen begrænsning
<b>Kighoste</b>	7 - 10 dage	Fra 7 - 10 dage efter smitte til 6 uger efter hosteanfaldene er begyndt. Kan smitte fra raske smittebærere.	Når barnet er rask og hosteanfaldene ikke giver anledning til pasningsproblemer.
<b>Lus</b>	ingen	Fra smittetidspunkt	Når behandlingen er startet
<b>Lussinge-syge</b>	13-18 dage	Fra få dage før udslættets udbrud til udslættet er brudt ud.	Når barnet er rask og kan deltage i alle aktiviteter.
<b>Skarlagensfeber/ halsbetændelse (bakteriel)</b>	1 - 3 dage	Fra barnet er smittet, til der er givet penicillin 2 dage. Kan smitte fra raske smittebærere.	Efter 2 dages i penicillinbehandling hvis barnet er rask.
<b>Skoldkopper</b>	2 - 3 uger	Fra 3 dage før udslættets frembrud indtil der ikke er kommet nye blærer i 2 dage.	Når skorperne er tørret ind, er smittefri og kan deltage i alle aktiviteter.
<b>Vandvorter</b>	Formentlig flere uger	Fra udbrud til evt. behandling er opstartet.	Ingen begrænsning
<b>Øjenbetændelse, svær*</b>	1 - 3 dage	Svær form for øjenbetændelse smitter fra symptomer opstår indtil der er givet behandling i mindst 2 døgn	Efter mindst 2 døgn behandling, og symptomerne er forsvundet

\*ved mild øjenbetændelse må barnet gerne komme i institution



**Københavns Kommune prioriterer børnesundheden højt. Vi fokuserer blandt andet på en høj hygiejnisk standard, da det er vigtigt at forebygge smitte blandt børn og voksne. Vi anbefaler, at I som forældre følger disse retningslinjer, når jeres barn viser tegn på sygdom, for at nedsætte sygeligheden blandt børn i dagtilbud.**

### Syge børn skal passes hjemme

Syge børn skal passes hjemme, både for barnets egen skyld, men også for at undgå at smitte de andre børn og voksne i institutionen. I skal som forældre give besked til institutionspersonalet, hvis jeres barn er sygt og ikke kommer i institution. Evt. via Famly app.

### Er barnet rask eller syg?

Det kan specielt for børns vedkommende af og til være svært at afgøre, om de er syge eller raske, og ofte må man foretage et skøn.

Barnet er rask, når det er feberfrit, og almentilstanden er upåvirket. Barnet skal kunne deltage i de aktiviteter, det plejer uden at kræve særlig omsorg og pasning. Barnet skal fx kunne lege ude og tage med på udflugt.

Barnet er sygt, hvis almentilstanden er påvirket, hvis det har feber, eller hvis der er specifikke tegn på sygdom. Viser dit barn tegn på sygdom, mens det er i institutionen, vil I blive kontaktet, så I hurtigst muligt kan hente jeres barn. Institutions personale vil lave en individuel vurdering af jeres barns almen tilstand, hvor de som udgangspunkt ikke måler dit barns temperatur. I tvivlstilfælde kan personalet kontakte institutionens tilknyttede sundhedsplejerske.

### Hvornår må barnet komme i institution igen?

Et barn kan komme i institution, når barnet ikke smitter og barnets tilstand i øvrigt tillader det. Hvis et barn kommer i institution uden at være helt rask, har det på grund af nedsat modstandskraft større risiko for at få komplikationer til sygdommen eller pådrage sig en anden sygdom. Det kan derfor være en god idé at lade barnet blive hjemme i mindst 1 dag, efter at det er blevet feberfrit.

Læs evt. mere i *Smitsomme sygdomme hos børn og unge* (Sundhedsstyrelsen, 2020).

## Bliv hjemme


### – hvis du eller dit barn er syg eller har symptomer på sygdom

Ved at blive hjemme når du er syg og ved at holde dit syge barn hjemme, bryder du smittekæden og sikrer, at kollegaer, venner, klassekammerater, familie og andre omkring jer ikke også bliver syge.

Derfor er det vigtigt at melde fra til arbejde, undervisning, fritidsaktiviteter og sociale arrangementer mv. ved symptomer på sygdom - også selv om det kan være både besværligt, kedeligt eller skuffe andre.

Det er især vigtigt, at du undgår at smitte personer med nedsat immunforsvar.

Influenza eller lungebetændelse kan fx være farligt for personer med svækket immunforsvar. Personer over 65 år som, fx de fleste bedsteforældre, er også særligt udsatte, da de kan være mere modtagelige for infektioner og have sværere ved at blive raske igen.



**Tegn på smitsom sygdom**

1. Tiltagende hoste.
2. Feber (over 38°)
3. Kulderystelser
4. Diarré eller opkast
5. Ondt i halsen
6. Udslæt
7. Almene symptomer som træthed, ømhed i kroppen og kvalme
8. Løbenæse i sammenhæng med andre symptomer\*

Husk, at hos helt små børn kan symptomer og sygdom komme til udtryk på anden vis end hos voksne og større børn. Det er vigtigt at se på, hvordan barnet samlet har det. Er det f.eks. mat, pylret, uroligt, grædende? Kontakt altid en læge, hvis du er bekymret.

\* Hvis man kun har løbenæse og ellers føler sig frisk, er der ikke grund til at blive hjemme. Det samme gælder, hvis man har løbenæse/hoste og kendt allergi eller astma