

Veikindi barna

Ráðleggingar til foreldra, starfsfólks skóla/leikskóla og dagforeldra

Algengasta orsök fjarvista barna eru smitsjúkdómar (kvef, ælupest, niðurgangur, eyrnabólga o.s.frv.) og rannsóknir hafa sýnt að smithætta á milli barna er hvað mest á leikskólum. Loftvegasykingar eru algengastar og að meðaltali fá leikskólabörn 4-6 loftvegasykingar á ári og eru "lasin" að meðaltali 100 daga á ári.

Alla jafna er um saklausar sykingar að ræða en vandræði geta orðið ef upp koma faraldrar meðal barna, starfsfólks og/eða foreldra. Hafa þarf í huga að smithættan er oft mest áður en veikinda verður vart.

Almennt gildir að ekki er hægt að láta greininguna stýra í blindni lengd fjarveru en barn sem hefur verið hitalaust (<38°C) í sólarhring og borðar og drekkur nokkuð eðlilega þarf ekki að vera heima. Þetta gildir almennt séð líka þó meðferð sé í gangi með sýklalyfjum eða innöndunarlyfjum. Afar algengt er að útbrot fylgi veirusýkingum hjá börnum, þessi útbrot smita alla jafna ekki.

Sérstakar ráðleggingar eiga þó við um eftirfarandi:

IÐRAKVEISUR (ælupest, niðurgangur)

- Smitast mjög auðveldlega hjá bleiubörnum
- Extra áhersla á handþvott og þrif
- Oftast veirusýkingar, læknað af sjálfur sér
 - Mögulega margt sem þarf að hafa í huga: Matareitrun, Salmonella, Shigella, Camphylobacter, EHEC
- **Barn á að vera heima þar til það er farið að borða nokkuð eðlilega og hefur ekki haft uppköst í sólahring. Niðurgangur getur verið lengi að lagast að fullu.**

AUGNSÝKINGAR

- Mismunandi orsakir og mis mikið smitandi
- Næstum alltaf fylgifyskur efri loftvegasykinga hjá börnum
- Læknað oftast af sjálfu sér á viku
- Þrifa slímið/gróftinn og skipta um koddaver daglega
- **Barnið þarf ekki að vera heima**
- Sýkladrepandi áburð þarf stundum að nota þegar sterkur grunur er um bakteríusýkingu
 - Ráðlegt er að hafa barnið heima í sólarhring eftir að meðferð með lyfjum er hafin, þá sjaldan það þarf.

HLAUPABÓLA

- Meðgöngutími 14-21 dagur
- Gríðarlega smitandi, smitar mest 1-2d áður en útbrotin koma, loftborið smit
- Útbrotin smita/snertismit
- **Almenn einkenni ráða endurkomu en að minnsta kosti skal barnið vera heima þar til útbrot eru orðin þurr**

STREPTOCOCCAHALSBÓLGA

- **Barnið ætti að vera heima í 24 klst eftir að sýklalyfjagjöf hefst**

KOSSAGEIT

- **Gríðalega smitandi á meðan útbrot eru vessandi og því rétt að halda börnum heima þar til útbrot eru orðin þurr**

LÚS/KLÁÐAMAUR/NJÁLGUR

- Sé farið eftir meðferðarleiðbeiningum þarf barnið **ekki að vera heima** en það er þó ágætt að vera heima þann dag sem krem er borið á við kláðamaur

Um flest annað, þar með talið Hand/foot/mouth disease (gin- og klaufa) gildir það eina að hitalaus krakki sem borðar og drekkur þarf ekki heilsu sinnar vegna að vera heima.

Akureyri 10. nóvember 2021

Valur Helgi Kristinsson, yfirlæknir Heilsugæslunnar á Akureyri

Eygló Sesselja Aradóttir, sérfræðingur í smitsjúkdómum barna