



2020.03.03

MAGSJUKA

Diarré och/eller kräkningar hos barn.

Magsjuka med diarré och kräkningar är vanligt bland barn. Smittan sprids lätt och kan innebära att människor som varit i nära kontakt med varandra blir sjuka. Barn med magsjuka ska därför inte vara hos dagbarnvårdaren förrän de är helt återställda, och inte har kräkts eller haft diarré på minst 48 timmar.

Magsjuka kan komma snabbt och går oftast över inom ett par dagar. Om flera barn blir sjuka samtidigt eller inom en kort tidsperiod, med liknande symtom, är det viktigt att ta reda på om det finns en gemensam smittkälla för att förhindra att fler drabbas.

Orsak

Virus är den vanligaste orsaken till magsjuka bland förskolebarn. Infektioner med calicivirus kallas ibland "vinterkräksjuka", trots att man kan bli sjuk under hela året. Virusinfektioner är mycket smittsamma, och drabbar ofta flera personer i omgivningen inom en kort tidsperiod. Andra orsaker till diarré är bakterier, främst salmonella-, EHEC- och andra tarmbakterier. Vid denna typ av tarminfektion förekommer oftare feber men mer sällan kräkningar. Vid bakteriell diarré finns också en större risk för allvarlig sjukdom än vid virusorsakad magsjuka. Vid diarré under längre tid hos flera barn kan tarmparasiter (till exempel giardia) vara orsaken.

Smittvägar

Smitta sker genom att smittämnen från avföring och kräkningar kommer in i munnen. Detta sker antingen via direktkontakt med sjuka personer eller förorenade kontaktytor (till exempel golv, handdukar, leksaker, handtag och andra föremål). Orena händer är en vanlig orsak till att smitta sprids. Man kan även smittas av mat och dryck som hanterats på ett felaktigt sätt. Magsjuka kan också smitta genom aerosol (små droppar i luften) som sprids vid kräkning. Smittan kan finnas kvar på mat som inte är uppvärmd, eller på förorenade föremål under flera dagars tid. För magsjuka som beror på virus tar det oftast 1-3 dagar från att man blir smittad tills att man blir sjuk. Vid andra orsaker kan det ta längre tid.

Hygienråd

- Ha god handhygien.
- Tvätta händerna med tvål och vatten efter toalettbesök, efter blöjbyte och före måltid.
- Hantera inte livsmedel om du är sjuk.
- Lagg på toalettlocket innan spolning.
- Lagg eventuella blöjor i plastpåse, knyt ihop och kasta direkt.
- Håll tvättställ, kranar, toalettsits och spolknopp rena.

Behandling

Det är viktigt att barn med vattentunn diarré och eller många kräkningar får i sig tillräckligt med vätska. De flesta infektioner läker ut av sig själva, men vid vissa infektioner kan annan behandling behövas.

Ska barnet stanna hemma?

Ja. Barn med magsjuka (diarré eller kräkningar) ska inte vistas hos dagbarnvårdaren. Med ”diarré” avses tre eller fler lösa avföringar per dygn. Barnet kan återgå till dagbarnvårdaren när det är piggt, ätit normalt och inte kräkts eller haft diarré på minst 48 timmar. I magsjuketider kan smittspridningen begränsas genom att även syskon till sjuka barn stannar hemma.

Diarré efter utlandsvistelse Vid diarré eller andra besvär från magen efter utlandsresa: Kontakta sjukvården för eventuell provtagning innan barnet går tillbaka till förskolan. Även i dessa fall gäller att barnet ska vara återställt inte har kräkts eller haft diarré på minst 48 timmar innan återgång till förskolan.