

## Diarré och/eller kräkningar inom förskolan

### Information till personal på förskolan

**Akut diarré och kräkningar är vanligt i förskoleåldern. Smitta sprids lätt i förskolemiljön. Barn med magsjuka ska därför inte vara på förskolan förrän de är återställda, och inte har kräkts eller haft diarré på minst 48 timmar.**

### Orsak till magsjuka eller tarminfektion

*Virus* är den vanligaste orsaken till magsjuka bland förskolebarn. Infektioner med calicivirus kallas ibland "vinterkräksjuka", trots att man kan bli sjuk under hela året. Andra vanliga virus som orsakar utbrott med akut diarré och kräkningar är rotavirus och adenovirus. Dessa virusinfektioner är mycket smittsamma, och drabbar ofta flera personer i omgivningen inom en kort tidsperiod.

Andra orsaker till diarré är *bakterier*, främst salmonella och andra tarmbakterier. Om barnet nyss återvänt från en utlandsresa är risken för bakteriell diarré större. I dessa fall förekommer oftare feber men mer sällan kräkningar.

### 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.

### Ska barnet stanna hemma?

Ja. Barn med magsjuka (diarré och eller kräkningar) ska inte vistas på förskolan. Barnet kan återgå när det ätit normalt och inte kräkts eller haft diarré på minst 48 timmar. I magsjuketider kan smittspridningen inom förskoleverksamheten begränsas genom att även syskon till sjuka barn stannar hemma.

Om det finns misstanke om smittspridning ska förskolan tillämpa skärpta hygienrutiner. Rutinerna bör gälla till och med en vecka efter att den sista personen har tillfrisknat.

### Åtgärder vid utbrott

Förskolechef eller annan ansvarig personal bör, vid utbrott, dagligen föra lista på vilka barn som har symtom och är hemma.

### När ska förskolan kontakta sjukvården?

Om tre eller fler barn i en förskolegrupp blir sjuka inom ett eller några dygn med kräkningar och eller diarré, och det finns misstanke på smittsam magsjuka, bör man överväga att utreda om det finns en gemensam smitta. I första hand ska den vårdcentral som har närområdesansvar för den aktuella förskolan kontaktas.

## Information till föräldrar och personal

Vid utbrott kan Smittskyddet i Örebro, i samarbete med vårdcentralen, vara behjälplig med att informera vårdnadshavare och personal. Detta sker oftast genom ett brev med information om den aktuella sjukdomen och om vem som bör lämna prov, samt kontaktuppgifter till aktuell mottagning.

## Misstanke på smitta via livsmedel eller vatten

När många barn i en grupp eller på flera avdelningar insjuknar samtidigt, ska smitta via livsmedel eller vatten misstänkas. Kontakta i dessa fall omgående Smittskyddet i Örebro och kommunens miljöförvaltning, för närmare utredning.

## Hygienrutiner vid utbrott

### Handhygien

- Tvätta händerna ofta, framför allt efter toalettbesök eller blöjbyte, och före måltid  
Torka händerna torra med engångshandduk. Plocka bort alla textilhanddukar
- Använd engångshandskar vid blöjbyten och toalettbesök
- Använd handsprit efter varje blöjbyte och toalettbesök. Gäller både barn och personal
- Handsprit rekommenderas även före alla måltider för både barn och personal

### Blöjbyte

- Använd enbart engångsunderlägg direkt på den galonförsedda dynan på skötbordet
- Använd engångshandskar
- Använd plastförkläde av engångstyp vid blöjbyte när barnet har lös avföring.
- Bajsblöjor slängs direkt i en plastpåse som knyts ihop innan den slängs i en pedalkink
- Torka av dynan med alkoholbaserad ytdesinfektion efter varje blöjbyte
- Både barn och personal tvättar händerna efter blöjbytet
- Torka händerna torra med engångshandduk
- Använd handsprit, gäller både barn och personal
- Rengör skötbordet, inklusive tvättho, med engångstrasa och rengöringsmedel dagligen

### Mathantering

- Sträva efter att så få personer som möjligt hanterar mat
- Använd rent förkläde vid all mathantering
- Endast friska personer ska duka och hantera mat
- Den som vårdar magsjuk anhörig hemma ska inte hantera livsmedel förrän 48 timmar efter anhörigs sista symtom
- Ingen buffé eller självservering under utbrottet
- Duka endast fram så mycket smör och pålägg som förväntas gå åt vid måltiden
- Kasta all överbliven mat
- Torka av matbordet med en engångstrasa före måltiden
- Personal som byter blöjor ska inte hantera mat

### **Rengöring och tvätt**

- Håll tvättställ, kranar, toaletsits och spolknopp rena. Torka av med ytdesinfektionsmedel
- Rengör pottor med rengöringsmedel, torka ur och ytdesinficera direkt efter användning
- Städa avdelningen, inklusive toaletter, kontaktytor och lekytor grundligt varje dag
- Rengör leksaker
- Tvätta alla textilier som örngott, madrassöverdrag, kuddar och mjukisdjur i minst 60 grader
- Uppmana föräldrar att byta eller koka nappar
- Använd plastförkläde av engångstyp om barnet har kräkts eller har diarré

### **Punktrengöring**

Vid spill av kroppsvätskor som avföring och kräkning ska ytan omgående rengöras:

- Använd engångshandskar och plastförkläde.
- Torka upp spillet med rikligt med papper.
- Rengör därefter ytorna med rengöringsmedel och vatten. Tänk på att rengöra med stor marginal (små droppar kan stänka flera meter)
- Avsluta med att rengöra ytan med alkoholbaserad ytdesinfektion (alternativt Virkon 1 %).

### **Övrigt**

- Barnen bör vara ute så mycket som möjligt
- Vädra 2-3 gånger dagligen
- Undvik aktiviteter mellan avdelningarna i möjligaste mån
- Undvik lek med modeller som används flera gånger
- Undvik vattenlek i gemensam badbalja

### **Läs mer**

[Sjukdomsinformation, smittsamma sjukdomar från A-Ö, Folkhälsomyndigheten](#)