**Helse og sykdom**

Kan jeg gå i barnehagen i dag?

**Husk at:**

* det er barnets behov for å være hjemme fra barnehagen som er avgjørende. Det er ikke foreldrenes eller barnehagens behov som skal dekkes, barnet må ha god allmenntilstand. Det vil si normal appetitt, være feberfri og orke å være med i gruppefellesskapet
* personalet som daglig ser barnet i en gruppe kan best bedømme om barnet klarer å være med i gruppefellesskapet eller ikke
* foreldre er ekspert på barnet og kan gjøre den rette bedømmelsen på hjemmeplan

**Kan vi levere barnet i barnehagen i dag?**

Barnet kan være med i en barnegruppe når det er så opplagt at det orker å være med i de vanlige aktivitetene i barnehagen. Mange ganger kan et barn være aktivt hjemme, men situasjonen kan være annerledes i en gruppe med flere barn.  
Det er viktig at du rådfører deg med personalet i barnehagen når du føler deg usikker. Etter 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 bør du ta kontakt med lege for å få råd og hjelp til å bedømme barnet.

**Retningslinjer for foreldre og ansatte**

**Vurdering av barnet**

Du kommer sikkert mange ganger til å stille deg selv spørsmålet: *Er barnet mitt friskt nok til å være i barnehagen sammen med andre barn?*

Ditt barn kan være i en barnegruppe når det er så opplagt at det orker å delta i de vanlige rutinene og aktivitetene, ute som 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 å være med i leken i barnehagen. Som mor og far er du ekspert på ditt barn og kan gjøre den rette bedømmelsen på hjemmeplan. Personalet som til 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. Styrer kan i samråd med bydelens helsestasjon avgjøre om et barn kan være i barnehagen eller ikke. Forøvrig forholder barnehagen i disse spørsmål seg til statens institutt for folkehelse, og ikke til hvert enkelt barns lege.

Dersom foreldrene er klar over at det er alvorlig smittsom sykdom i barnas miljø utenfor barnehagen, plikter foreldrene å informere barnehagen om dette.

Infeksjoner forårsaket av bakterier kan medføre at barnets helsetilstand 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 p.g.a. den nedsatte allmenntilstanden og dels fordi to dagers antibiotikabehandling vanligvis gjør barnet smittefritt.

De fleste infeksjoner som barnet har, forårsakes av virus. Virusinfeksjoner smitter som regel mest før og like etter at symptomene har oppstått. Ut fra 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:

* Har barnet feber?
* Sover barnet dårlig?
* Er appetitten merkbart nedsatt?
* Er barnet generelt slapt?
* Føler barnet selv at det kan gå i barnehagen?
* Kan barnet delta i barnehagens vanlige aktiviteter ute og inne?

**Sykepenger ved barns sykdom.**

Begge foreldre som har omsorg for barn under 12 år, har rett til sykepenger under fravær fra arbeidet når barnet er sykt. (Jfr. folketrygdloven § 3-22) Retten gjelder til og med det året barnet fyller 12 år.  
Sykepenger etter folketrygdloven § 3-22 gis i :  
10 dager pr. kalenderår  
15 dager pr. kalenderår hvis du har omsorg for mer enn 2 barn under 12 år.  
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 2 barn under 12 år.  
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 funksjonshemmet eller kronisk sykt barn, må du innhente forhåndsgodkjenning fra trygdekontoret.

**Feber**

Feber skyldes vanligvis en infeksjon forårsaket av virus eller bakterier. Som feber regnes temperatur over 37,5 . Noen barn har høyere temperatur enn dette, og det er normalt for dem. Et barn med feber bør være lett kledd, ikke oppholde seg i et for varmt rom, og få rikelig med drikke.

**Hjemme?**

Barn med feber skal være hjemme. **Barnet skal ha én feberfri dag hjemme før det vender tilbake til barnehagen.**

**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 for mange 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.

**Hjemme?**

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

**Omgangssyke/farang**

Symptomene er diare og / eller brekninger. Barnet kan tape mye væske, og det er viktig å passe på at det drikker mye. Lege eller helsesøster kan gi råd om diett.

**Hjemme?**

I det akutte stadiet skal barnet være hjemme. Når barnets allmenntilstand tillater det, kan det vende tilbake til barnehagen, **men ikke tidligere enn 48 timer etter siste oppkast/diare.** Barnet skal da kunne innta fast føde og være opplagt. Avføringen behøver ikke være fast fordi det kan ta opp til flere uker før avføringen er normal.

**Vondt i halsen**

Når man har vondt i halsen skyldes det infeksjon i svelget. Små barn kan ikke alltid fortelle at de har vondt i halsen.

Tegn på halsinfeksjon kan være at barnet ikke vil drikke, spise eller har feber. I blant forekommer brekninger, magesmerter og noen 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 i blant gi plagsomme epidemier blant barn; gi derfor beskjed til personalet dersom barnet ditt har en slik infeksjon.

**Hjemme?**

Ved streptokokker skal barnet etter to dagers antibiotikakur være smittefri, og kan gå tilbake til barnehagen hvis det er feberfri og orker å delta i gruppesamværet sammen med de andre barna. Ved andre halsinfeksjoner avgjør allmenntilstanden.

**Bronkitt**

**Hjemme?**

Allmenntilstanden avgjør.

**Kikhoste**

Det er i Norge vanlig å vaksinere spedbarn mot kikhoste ved 3,5 og 10 måneders alder. Sykdommen opptrer derfor svært sjelden i vårt land. Større barn som får kikhoste får kun lettere symptomer. Kikhoste smitter mest i begynnelsen før det typiske symptomet "kiking" oppstår, men det kan være en viss smittefare under hele sykdomsforløpet. Personalet må få beskjed dersom barnet får diagnostisert kikhoste slik at familier med barn som ikke er vaksinert kan varsles. Personalet varsler også bydelsoverlegen.

**Hjemme?**

Ved behandling tidlig i sykdomsforløpet blir barnet vanligvis smittefri fem dager etter igangsatt behandling, og barnet bør holdes hjemme fra barnehagen i denne perioden. Ved behandling senere i sykdomsforløpet vil smittsomheten være betydelig mindre, og barn kan derfor gå i barnehage dagen etter igangsatt behandling.

**Meslinger - Kusma - Røde hunder**

De fleste barn over 15 mnd. 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, og man bør derfor kontakte lege om man mistenker at barnet skulle ha en av disse sykdommene.

**Hjemme?**

Ja, barnet skal være hjemme i sykdomsperioden. Barnet kan begynne i barnehagen så fort allmenntilstanden tillater det. Vær oppmerksom på faren for ettersykdommer dersom barnet tas ut for tidlig.

**Vannkopper**

Virusinfeksjon med små væskefylte blemmer (kopper). Disse kommer i ulike stadier, ferske blemmer opptrer samtidig med inntørkede. Barn med utpreget kløe risikerer å få en bakteriell infeksjon der barnet klør seg.

**Hjemme?**

Ja, til alle blemmer er inntørket (tørr skorpe). Dette også av hensyn til barnet selv og faren for infeksjon.

**Brennkopper**

Dette kalles også impetigo og er en bakteriell infeksjon med sår rundt nese og munn.

**Hjemme?**

Barnet bør være hjemme hvis infeksjon er utbredd og behandles med antibiotika. Kan gå tilbake til barnehagen etter 2 dagers behandling dersom sårene har en tørr skorpe.

**Skarlagensfeber**

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

**Hjemme?**

Ja, ihverfall minst 2 dager etter at antibiotikabehandling er påbegynt. Tilbake til barnehagen når allmenntilstanden tillater der.

**Øyeinfeksjon**

Øyeinfeksjoner kan opptre i forbindelse med forkjølelse og gå over av seg selv på samme måte som forkjølelse gjør. Ofte er imidlertid infeksjonen smittsom og uttalt med mye puss/verk, og det kan være nødvendig med salve/øyedråper. Det er pusset som smitter og spesielt på småbarnsavdelinger sprer smitten seg raskt. Rødt øyeeple kan være et tegn på at sykdommen er i ferd med å bryte ut.

**Hjemme?**

Ved kraftig øyekatarr med rikelig puss, skal barnet holdes hjemme inntil pussdannelsen har avtatt. Dersom behandling igangsettes kan barnet gå i barnehage dagen etter igangsatt behandling.

**Ørebetennelse**

Ørebetennelse forårsaket av bakterier behandles med antibiotika og evnt. nesedråper.

**Hjemme?**

Dersom allmenntilstanden er upåvirket, kan barnet vende tilbake til barnehagen selv om antibiotikabehandling nettopp er påbegynt.

**Mollusker**

1-5 mm store 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. Mollusker smitter sjelden til andre personer og helbredes oftest uten behandling, men av og til kan det være nødvendig å skrape dem bort.

**Hjemme?**

Nei.

**Vorter**

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

**Hjemme?**

Nei.

**Soppinfeksjoner**

Det er uvanlig hos barn å ha soppinfeksjoner i huden, men hvis man har husdyr, f.eks. marsvin, kan barnet få en soppinfeksjon kalt "ringorm". Hudforandringene er typiske med ringformede utslett. Behandlingen er ofte soppdrepende salve.

**Hjemme?**

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

**Småmark**

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

**Hjemme?**

Barnet kan vende tilbake i barnehagen dagen etter at behandling er igangsatt. Her bør foreldre informerer personalet

**Hodelus**

Lusa er 2-3 mm stor og spres gjennom direkte kontakt. Behandles med spesielt middel som er til salgs på apotek uten resept.

**Hjemme?**

Barnet skal være hjemme inntil førstegangsbehandling er gjennomført. Personalet må varsles.

**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 skabbmidden.

**Hjemme?**

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

**Barn og kulde**

Hver vinter melder spørsmålet seg: Skal barna være ute når det er kalt og hvilken temperaturgrense gjelder ? Det kan ikke gis noe enkelt svar. Den temperatur som man kjenner, vil være avhengig av både vindhastighet og fuktighet såvel som selve lufttemperaturen.Ved sterk vind bør barna kanskje være innendørs selv om utetemperaturen ikke er så lav. Det som barn har på seg og deres egen aktivitet er også avgjørende for om de kan være ute eller ikke. Følgende retningslinjer er rimelige:  
10 kuldegrader kan anføres som en veiledende grense for utelek, men det må tas hensyn til eventuell vind. Hvor lenge barna skal være ute, vurderes i det enkelte tilfelle.  
Noen barn får tørr hud om vinteren - og spesielt dersom det blåser. For disse barna vil det være gunstig om de blir smurt med en fet/vannfri salve i ansiktet før de går ut.