

Information till vårdnadshavare

I samarbete med [Smittskydd Västra Götaland](#)

Frisk i förskolan

I förskolan vistas många barn tillsammans vilket gör att infektioner lätt kan spridas. Syftet med denna information är att begränsa smittspridning och sträva efter en friskare förskola.

Alla barn blir sjuka ibland och det är vanligt att små barn har flera infektioner varje år. Vanligast är luftvägsinfektioner, till exempel förkylningar. Även andra infektioner som magsjuka, vattkoppor eller impetigo (svinkoppor) är smittsamma sjukdomar som är vanliga hos förskolebarn.

Barnets allmäntillstånd, det vill säga hur barnet äter, sover och orkar delta i förskolans aktiviteter (både inom- och utomhus) är avgörande för om barnet kan vara i förskolan. Barnet kan ibland vara piggt och aktivt hemma men orkar ändå inte vara med i barngruppen. Ett sjukt och hängigt barn behöver få ha lugn och ro och tid för återhämtning. Ibland behöver barnet också vara hemma på grund av risken för att smitta andra.

För att minska spridning av infektioner behövs ett samarbete mellan hem och förskola. Det är därför viktigt att du talar om för personalen vilka symtom barnet har eller varför barnet är sjukt. Då kan förskolan sätta in åtgärder för att inte fler ska bli sjuka.

Barnet ska vara hemma

- när barnet har feber. Barnet kan återgå till förskolan när det inte haft feber under 24 timmar/ett dygn utan febernedsättande mediciner och om allmäntillståndet är gott.
- när barnet är sjukt med förkylningssymtom som till exempel halsont, snuva, feber eller hosta. Barnet kan återgå till förskolan när allmäntillståndet är gott och symtomen klingat av. Kvardröjande restsymtom som hosta och snuva är inget hinder, även om snuvan är tjock och färgad.
- när barnet kräks och/eller har diarré. Barnet kan återgå till förskolan när det är friskt, har ätit normalt och inte kräkts eller haft diarré/lös avföring under minst 48 timmar/två dygn. När flera har magsjuka på förskolan kan smittspridningen begränsas genom att syskon i förskoleålder till sjuka barn stannar hemma.

- när barnet har vätskande sår/eksem. Barnet kan återgå till förskolan när såret/eksemet har torkat in och inte vätskar sig längre. Vid impetigo (svinkoppor) ska såret vara läkt och utan sårskorpa innan barnet kan återgå till förskolan.
- när barnet har halsfluss eller scharlakansfeber. Barnet kan återgå vid symtomfrihet eller efter två dygns antibiotikabehandling om allmäntillståndet är gott.
- om barnet är feberfritt, men så trött och hängigt att det inte orkar vara i barngruppen.

Vid andra infektioner eller om flera barn är sjuka samtidigt kan det finnas andra riktlinjer.

Ska ett barn som har luftvägsbesvär stanna hemma?

Barn med lindrig snuva eller hosta kan vara på förskolan om allmäntillståndet är gott, se Folkhälsomyndighetens utgåva [Smitta i förskolan](#) 2024.

Råd till dig som vårdnadshavare

Infektioner kan spridas via kroppsvätskor som hosta och nysningar, kräkning och avföring. Smitta sprids via våra händer och från föremål som till exempel textilhanddukar, handtag och leksaker. Goda hygienrutiner bidrar till att minska spridning av infektioner.

- Tvätta dina egna och barnets händer ofta med tvål och vatten. Särskilt efter toalettbesök/blöjbyte, efter att ha snutit näsan och före måltider.
- Lär barnet att hosta och nysa i armvecket.
- Håll naglarna kortklippta då smuts och bakterier lätt samlas där.
- Tvätta snuttefilt och gosedjur samt rengör eller byt nappar och tandborste när barnet har blivit friskt.
- Använd gärna var sin handduk i familjen.

Så här tvättar du händerna



Handtvättssången

Melodi: Blinka lilla stjärna

Tvätta, tvätta
liten hand
Bort med smuts och
bort med sand
Mellan, i och
ovanpå
Gnugga tummen,
båda två
Tvätta, tvätta
liten hand
Bort med smuts och
bort med sand!