

## Forældrevejledninger

Vejledningerne er udarbejdet af en arbejdsgruppe nedsat af Herning, Randers, Skejby og Viborg børneafdelinger.

Hensigten med forældrevejledningerne er at give en ensartet vejledning til forældre på tværs af følgende sektorer: Sundhedsplejersker, praktiserende læger, vagtlæger og personalet på børnemodtagelserne i Region Midtjylland.

Vejledningerne kan ses og hentes fra internettet på hjemmesiden <http://www.rm.dk/sundhed/børn+og+unge/forældrevejledninger>

Yderligere pjecer kan bestilles hos Rikke Dalsgaard, Regionalt Sundhedssamarbejde, Region Midtjylland, Skottenborg 28, 8800 Viborg. [rikke.dalsgaard@stab.rm.dk](mailto:rikke.dalsgaard@stab.rm.dk)

Januar 2010



Grafisk Service: 2500-09-271-10

Regionalt Sundhedssamarbejde  
Skottenborg 26  
DK-8800 Viborg  
[www.regionmidtjylland.dk](http://www.regionmidtjylland.dk)

## BØRN MED

# kighoste



Regionshuset  
Viborg  
Regionalt Sundhedssamarbejde

## Børn med kighoste

### Generelt:

Kighoste skyldes en infektion med en smitsom bakterie. Der går 3 - 14 dage, fra barnet er smittet til symptomerne begynder. Spædbørn bliver ofte meget syge af infektionen. Der vaccineres mod kighoste, når barnet er 3-5 og 12 måneder. Vaccinationen giver dog ikke fuldstændig beskyttelse, og barnet kan godt få kighoste flere gange, men så har sygdommen et mildere forløb.

Sygdommen har to stadier:

- Forkølelsesperioden, som varer 1 - 2 uger
- Hosteperioden, som varer 2 - 8 uger

### Smitte:

Kighostebakterien findes i slim og spyt hos det syge barn. Smitten sker gennem indånding af små dråber efter host og nys, og gennem kontakt med hænder, legetøj osv., der sidder slim og spyt på.

Barnet smitter mest i forkølelsesstadiet og kan smitte i op til 8-9 uger, efter sygdommen er startet.

### Symptomer:

#### I forkølelsesperioden:

- Almindelige forkølelsessymptomer
- Evt. feber og hoste

#### I hosteperioden:

- Hosten bliver værre og kommer typisk i anfald, hvor barnet kan blive højrødt, blåt eller blegt i ansigtskuløren.
- Hosteanfaldene kan variere fra få til 40-50 pr. døgn, og kan vare fra få sekunder til flere minutter – og det afsluttes ofte med, at barnet hoster sejt slim op.
- Det spæde barn kan holde vejrtrækningspauser.
- Barnet kan »kige« (hiver efter vejret efter en serie hosteanfald).
- Barnet kan ofte kaste op i forbindelse med hosteanfaldene.
- Barnet har ofte ondt, når det har hosteanfald.

### Gode råd:

- Giv barnet rigeligt at drikke. Væske gør slimen tyndere og lettere at hoste op.
- Vær opmærksom på, at barnet ikke har for meget tøj på, hvis det har feber.
- Hæv hovedgærdet på barnets seng, det vil lette dets vejrtrækning. Det virker slimløsende og gør hosten lettere, hvis barnet

skifter stilling, sover på begge sider, kommer op at sidde, bevæger sig/leger efter evne.

- Frisk luft. Luft gerne ud flere gange dagligt.
- Saltvandsdråber til næsen kan løsne sejt snot/slim. Man kan evt. bruge en »næsesuger«, som kan købes på apoteket.
- Undgå rygning. Det irriterer barnets luftveje.
- Oplys de familier med spædbørn, som I har haft kontakt med, at jeres barn har kighoste.

### Hvornår søger man hjælp?

Søg læge hvis barnet:

- har langvarige hosteanfald med kraftig kigen (hiver efter vejret)
- bliver blåligt eller bleg i ansigtet ved hoste, eller holder pauser i vejrtrækningen
- har kaster meget op og ikke kan drikke
- virker mere træt og slapt end normalt
- bekymrer dig og du er utryg.

Brug først og fremmest din egen læge, som kender barnet bedre end vagtlægen. Sundhedsplejersken kan også komme med vejledning og gode råd.

### Behandling:

- Hvis symptomerne opdages tidligt, kan barnet behandles med antibiotika. Det kan gøre forløbet lettere og mindske at smitten spredes.

- Give smertestillende medicin efter aftale med læge.
- Lindre symptomerne.

### Forebyggelse:

- Orienter jer, om der er kighoste i lokalområdet og i mødregruppen.
- Vær opmærksom på at jeres barn de første 3 måneder er ekstra modtageligt for smitte.
- Vaccination giver god beskyttelse; men da den 1. vaccination beskytter meget ringe, bør især børn under 6 måneder, ikke udsættes for smitte.
- God hygiejne. Vask altid hænder efter kontakt med barnet.
- Hvis dit barn har kighoste, bør man pga. smitterisiko, ikke have kontakt med børn fra 0-6 måneder.

### Institution/dagpleje:

Barnet kan komme i institution, når feberen er ovre, og hoste-anfaldene ikke giver problemer mere. Selv om barnet kan smitte i mange uger efter den første hoste, er reglerne, at de kan komme i institution alligevel. Det skyldes, at man går ud fra, at de andre børn har fået mindst 2 vaccinationer. Kontakt med spædbørn (0 - 6 mdr.) bør dog undgås. Oplys institutionen om, at barnet er smittet med kighoste. Er der mulighed for, at barnet kan blive hjemme et par dage ekstra, er det fint, for det første par dage, har barnet større risiko for at blive smittet med andre sygdomme. Det gør også risikoen for at smitte andre børn mindre.