

## 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: 2500-09-27-1-11

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

## BØRN MED

# kysseyge



**Regionshuset**  
Viborg  
Regionalt Sundhedssamarbejde

## Børn med kysseyge



### Generelt:

Mononukleose – populært kaldet kysseyge, er en virusinfektion, der især rammer børn og unge.

Kysseyge varer normalt to til fire uger. Den kan medføre en betydelig træthed, der kan holde sig i flere måneder, efter selve sygdommen er overstået. Har barnet først haft sygdommen, er det beskyttet resten af livet.

Diagnose stilles ud fra sygdommens karakteristiske symptomer og blodprøver.

### Smitte:

Virus findes i spyt hos barnet, og smitten sker gennem kontakt med for eksempel legetøj og andet, der kan være påført spyt, eller ved kys. Virus overføres fra spyt til slimhinden i munden og kan herfra føres til lymfekirtler, milt og lever via blodet.

### Symptomer:

- Det starter som regel med influenzalignende symptomer som utilpashed, hovedpine, muskelsmerter og lidt feber.
- Efter en til to uger stiger temperaturen.
- Hævelse og ømhed i halsen.
- Eventuelt snorkende vejrtrækning.
- Hvide belægninger på mandlerne, dårlig ånde og »kartoffeltale«.

- Hævede og ømme kirtler på halsen og måske også i armhuler og lysken.
- Lever og milt er ofte forstørrede.
- Udtalt træthed.
- Eventuelt mavepine.

### Gode råd:

- Sørg for at barnet får rigeligt at drikke og spise.
- Halssmerterne kan lindres ved at tilbyde barnet blødt eller flydende mad og varme drikke. Efter aftale med lægen kan der ved behov gives smertestillende medicin.
- Da vejrtrækningen kan blive besværet af de store mandler, kan det afhjælpes ved, at barnet ligger højt med hovedet. Læg en pude under madrassen eller stabel bøger under sengen.
- Hvis næsen er meget stoppet, kan man dryppe saltvandsdråber i næsen eller bruge næsespray i børnedosis maksimalt en uge.
- Afklæd barnet, hvis temperaturen er for høj.
- Ved lever eller milt påvirkninger skal alkohol og hårde fysiske aktiviteter udgå i cirka en måned.

### Hvornår søger man hjælp:

Søg læge hvis barnet:

- får besvær med at trække vejret
- virker meget slapt, og du har dårlig kontakt med det
- ikke vil drikke og ikke kan tisse

- har mavepine
- har voldsomme smerter
- bekymrer dig og du bliver utryg.

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

### Behandling:

Da det er en virusinfektion, findes der ingen medicinsk behandling. Det drejer sig om at lindre symptomerne.

### Forebyggelse:

Generelt er det vigtigt, at både børn og voksne har en god håndhygiejne, fordi det er bevist, at det nedsætter smitte af sygdom.

### Institution/dagpleje:

Barnet må komme i institution, når det er feberfrit, ikke længere behøver smertestillende medicin og er ovre den værste træthed.

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.