

BØRN MED

virus



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

Januar 2010



Børn med virus

Generelt:

En virusinfektion eller feber uden årsag er betegnelser, som lægen benytter, når barnet har en influenza-lignende sygdom uden tegn på betændelse fra ører, hals, lunger osv. Begrebet dækker over ganske milde tilfælde til sværere infektioner med påvirket almentilstand. Det er forskellige fra barn til barn, hvor svære symptomerne er. Børn under 6 måneder har ikke nødvendigvis feber.

Det er sjældent muligt at sætte navn på det aktuelle virus, og det har ingen betydning for behandlingen. Der går som regel 2 – 7 dage fra barnet er smittet til symptomerne viser sig. De værste symptomer er som regel ovre efter 3 – 5 dage, men sygdommen kan vare op til 1 uge.

Smitte:

Fælles for alle virusser er, at de smitter ved tæt kontakt. Virusser findes i slim/snot og spyt hos barnet, og smitten sker gennem indånding af små dråber fra host/nys og efter kontakt med hænder eller andet, f.eks. legetøj, der er forurenet med spyt/snot

Symptomer:

- Feber
- Irritabel
- Hovedpine
- Ømme muskler og led
- Nedsat appetit
- Træthed og slaphed
- Løbende næse
- Smerter i hals og svælg
- Evt. hoste og urolig søvn
- Evt. ørepine
- Mavesmerter evt. med opkastning og eller diarre.

Gode råd:

- God hygiejne. Vask hænder tit – også på barnet. Brug engangslommetørklæder og vask legetøj mv., hvor der sidder snot.
- Barnet skal kunne komme af med varmen, hvis det har feber. Ofte er det nok, at barnet er iført undertøj og små sokker. Læg et lagen eller dynebetræk over det i stedet for dynen.

- Barnet kan bedre trække vejret, hvis det ligger højt med hovedet. Det virker slimløsende, hvis barnet skifter stilling af og til, sover på begge sider, kommer op at sidde, bevæger sig/leger efter evne.
- Giv barnet meget at drikke. Det gør slimen løsere og lettere at hoste op.
- Hvis ikke barnet har feber, kan det sagtens lege ude, hvis det er passende klædt på. Barnet kan godt sove ude i barnevognen under tæt opsyn.
- Undgå at barnet bliver udsat for passiv rygning. Tobaksrøg øger og vedligeholder risikoen for irritation af luftvejene, og det får hyppigheden af infektioner til at stige.

Hvornår søger man hjælp?

Søg læge hvis barnet:

- virker slapt og du har dårlig kontakt med det
- ikke kan tisse og ikke vil drikke
- har høj feber over flere dage
- får udslæt, der ikke svinder, når man trykker på det
- bekymrer dig og du bliver utryg

Hvis muligt brug egen læge, som kender barnet bedre end vagtlægen. Sundhedsplejersken kan give gode råd og anden vejledning.

Behandling:

De fleste virussygdomme kan ikke behandles. Det drejer sig om at lindre symptomerne og observere barnet.

Hvis barnet har smerter og/eller ikke vil drikke, kan man efter aftale med lægen give smertestillende medicin.

Forebyggelse:

Forebyggelse er i praksis vanskelig, for smitten overføres, hvor mange børn er i tæt kontakt.

- Håndvask efter kontakt med et sygt barn er vigtigt.

Generelt er det vigtigt, at både børn og voksne vasker hænder tit. Det er dokumenteret, at det nedsætter risikoen for spredning af sygdomme i almindelighed.

Institution/dagpleje:

Barnet kan komme i institution, når feberen er ovre, og det kan lege med de andre børn.

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.