



# Strama Skåne

## Föräldrautbildning för BVC

Baserad på Strama Hallands utbildning



Foto: Jenny Leyman

# Barn, infektioner och antibiotika

Utbildning riktad till föräldrar på BVC

# Infektioner är normalt

Mitt barn är  
alltid sjukt



Förskolebarn har fler  
infektioner än  
”hemmabarn”

Barn är friska bärare av  
många bakterier

Immunförsvaret tränas

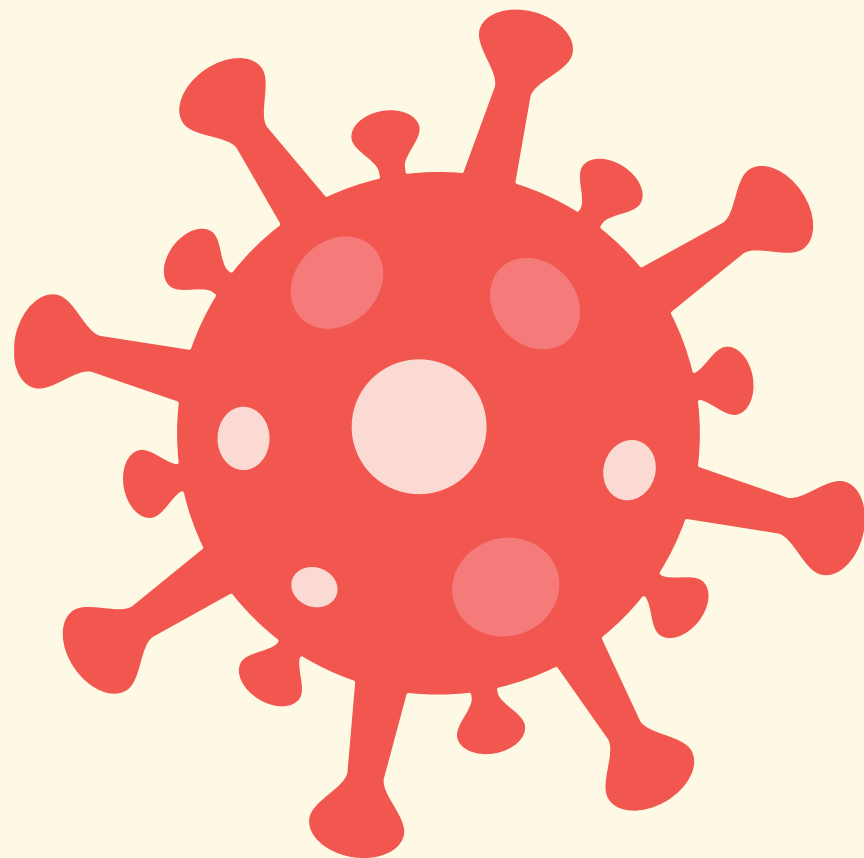
Småbarn är ofta sjuka i  
infektioner 6-8 gånger  
per år

# Förkylning

- Förkylningar orsakas av virus, det finns ungefär 200 olika förkylningsvirus
- Symtom är oftast täppt näsa, rinnande snuva, irriterad hals, hosta och ibland feber
- En vanlig förkylning varar 1-2 veckor
- Fler förkylningar vintertid
- Handhygien och ”hostetikett”

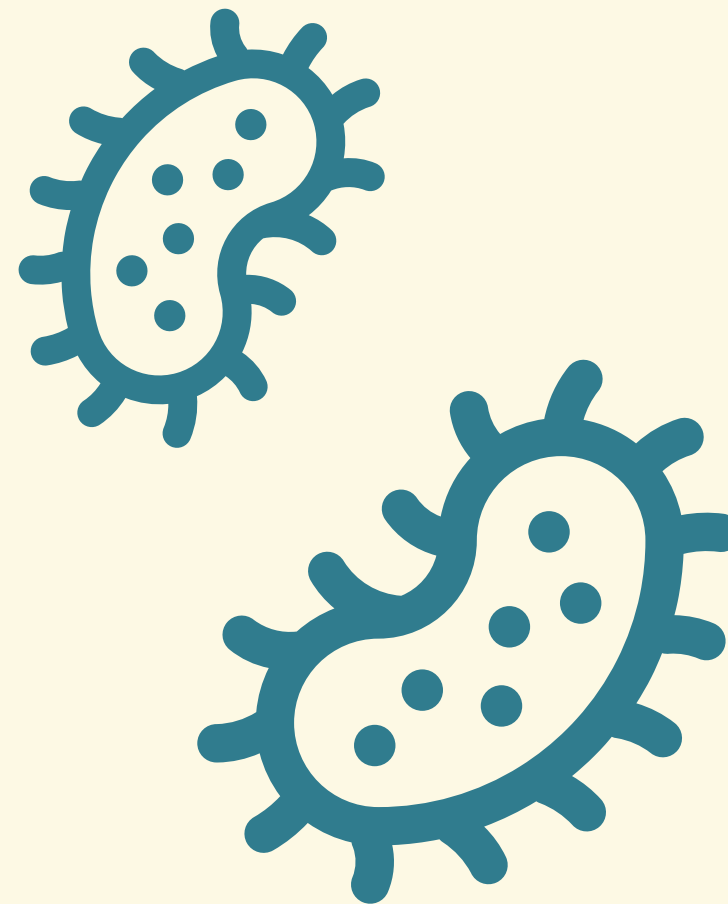
# Virus

- Virus orsakar många olika infektioner
- Över 90 % av infektioner i luftvägarna orsakas av virus (t.ex. förkylning)
- Antibiotika har ingen effekt på virus
- Vanlig orsak till feber hos barn



# Bakterier

- Många bakterier finns i eller på utsidan av vår kropp utan att göra oss sjuka = normalflora
- Normalfloran är viktig och nödvändig för vårt immunförsvar
- Antibiotika stör den normala bakteriebalansen
- Många lindriga bakterieinfektioner läker ut med hjälp av kroppens eget immunförsvar





**Vanliga infektioner hos barn  
och vad du som förälder kan göra**

# Handtvätt när?

- Efter toalettbesök
- Efter snytning
- Då de är synligt smutsiga
- Före alla måltider och tillagning/hantering av mat

Handsprit är effektivt mot bakterier och virus men inte vid vinterkräksjuka







# Handtvätt – hur?

1. Tvätta med tvål och vatten
2. Gnugga händerna med tvål
3. Se till att hela händerna tvålås in, även fingertoppar och mellan fingrarna
4. Skölj av tvålen under rinnande vatten
5. Torka händerna torra efter tvätt

# Spädbarn och luftvägsinfektioner

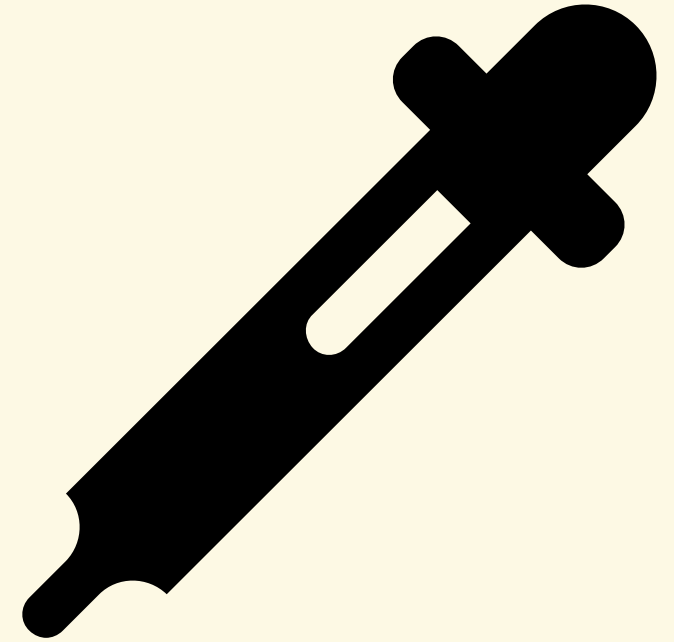


- Barn under ett år kan bli allvarligt sjuka av vissa virus och bakterier
- De personer som träffar spädbarnet ska vara friska
- Var noga med handhygienen
- Amma om det är möjligt, amning minskar risk för luftvägsinfektioner
- Undvik tobaksrök

# Vaccinationer

På BVC erbjuds ditt barn vaccin som skyddar mot flera allvarliga sjukdomar. Vissa av dessa sjukdomar är tack vare vaccin numera ovanliga i Sverige.

De vaccinationer som ingår i det svenska barnvaccinationsprogrammet är gratis och frivilliga.

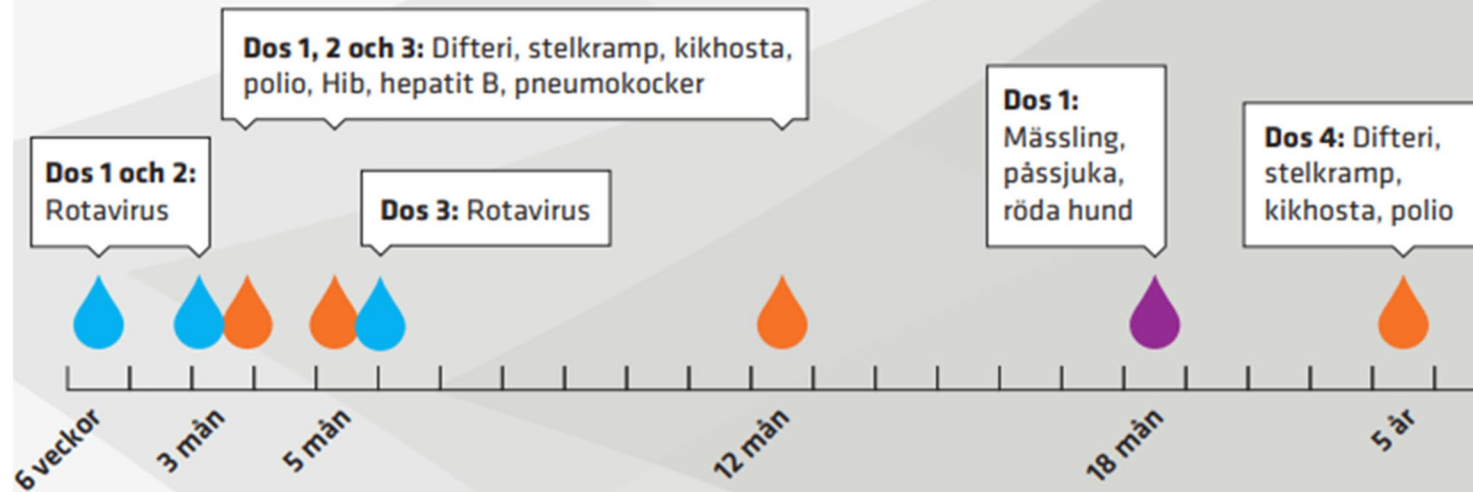


# Sveriges vaccinationsprogram

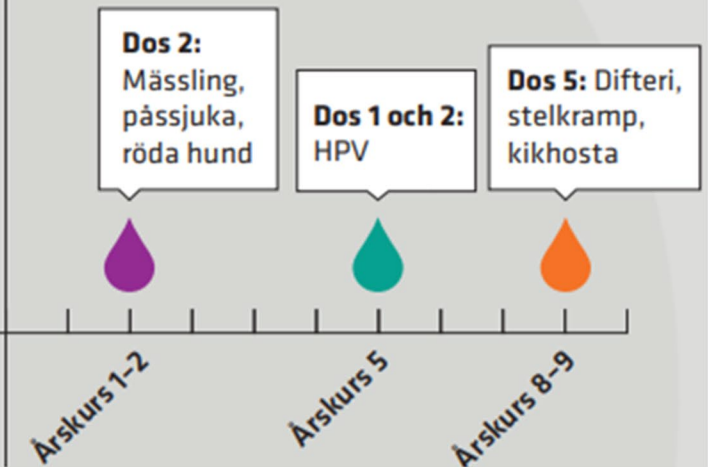
## SVERIGES VACCINATIONSPROGRAM

Här ser du de vaccinationer som erbjuds alla barn i Sverige, för att förebygga allvarliga sjukdomar.

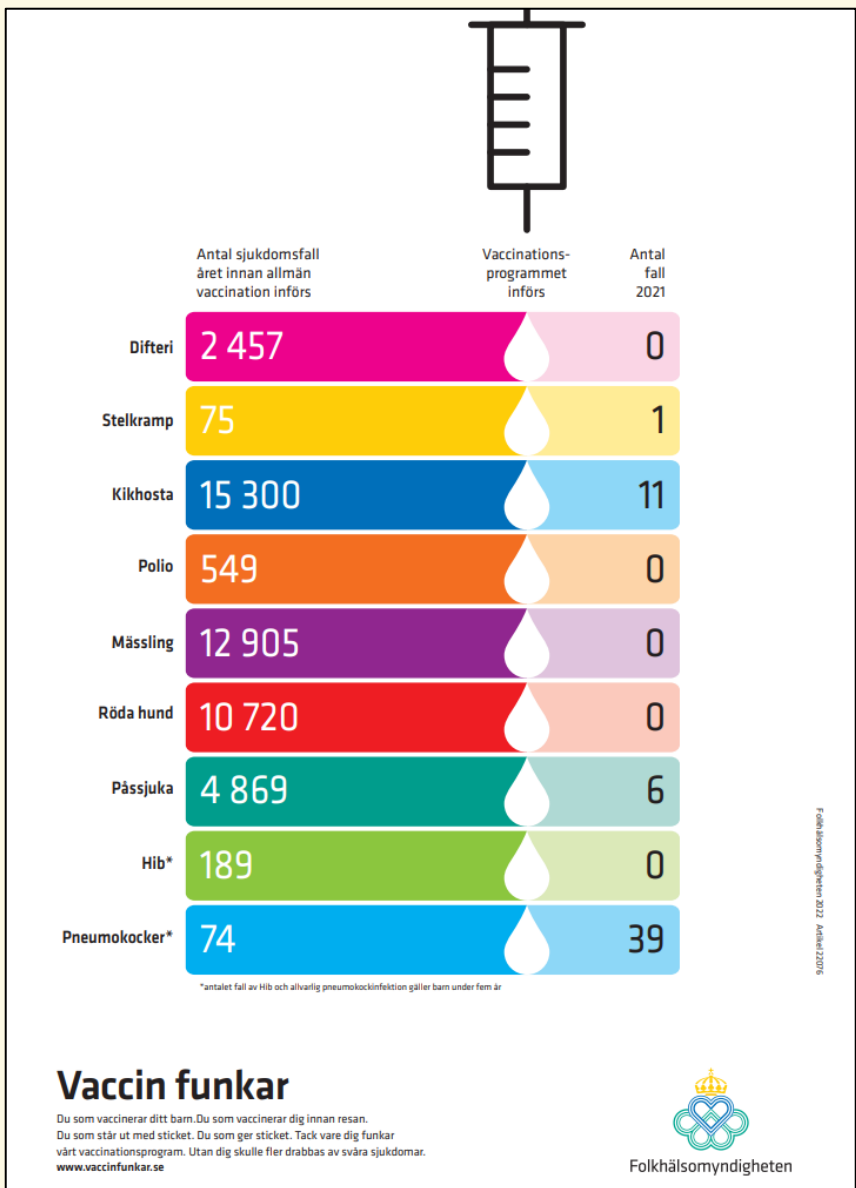
### BVC



### SKOLA



Bilden visar hur många personer i Sverige som rapporterades ha sjukdomarna året innan allmän vaccination mot respektive sjukdom började erbjudas, jämfört med antalet rapporterade fall 2021.





Noel är förkyld och snuvan har blivit tjock och gulgrön. Personalen på förskolan sa att han behöver antibiotika. Stämmer det? Kan han gå till förskolan?



# Snoriga näsor

- Tjock, gul-grön snuva kan innehålla bakterier men färgen är ingen grund för att sätta in antibiotika
- Besvären lindras med koksalt eller nässpray
- Förkylningar sprids lätt och är svåra att undvika i en barngrupp
- Handhygien är viktigt

# Hosta

- Hosta är en viktig skyddsreflex
- Hosta kan ha flera orsaker, men virus är den vanligaste
- Luftvägarnas slemhinnor tar lång tid att läka
- Antibiotika är sällan aktuellt
- Ibland ges luftrörsvidgande medel i inhalationsform
- Hostmedicin har tveksam effekt



# När du ska kontakta vårdcentralen vid hosta



Kontakta din vårdcentral vid:

- Andningsbesvär
- Hög feber
- Hostat länge (veckor)



# Öroninflammation

Vad kan du göra själv?

Nässpray – lindrar nästäppan

Smärtstillande läkemedel –  
är även febernedsättande

Högläge - trycket i örat  
minskar



Orsakas ofta av bakterier  
men ibland även virus.

Okomplicerade  
öroninflammationer  
hos barn läker oftast lika  
bra utan antibiotika.



"Mitt i natten sjuk"

- Hur kan jag hjälpa mitt barn om det drabbas av feber och eller öronsmärta på natten?
- Var kan jag få råd?
- När är det dags att söka vård?

# När du ska söka vård för öroninflammation



## Sök direkt vård om barnet:

- Är mycket slöare än vanligt
- Har svårt att hålla balansen
- Är svullen bakom örat
- Är svår att få kontakt med
- Kräks upprepade gånger
- Är yngre än 3 månader och har feber


# Feber



- Barn får lätt feber och det är sällan farligt
- Feber är ett uttryck för ett aktivt infektionsförsvar
- Feber innebär en kroppstemperatur på över 38 grader
- Temperaturen är ofta högre på kvällen
- Att mäta i rumpan är mest tillförlitligt - rekommenderas alltid på barn under 1 år

# Behandling av feber

- Extra mycket vätska
- Svårt i rummet och lite kläder
- Febernedsättande vid behov (sänker kroppstemperaturen med ½-1 grad)
- Var inte rädd för feber, följ barnets allmäntillstånd



# Ögoninfektioner – ”snuva i ögat”

- Läker oftast av sig själv, tvätta med kranvatten
- Oftast i samband med förkylning
- Kan orsakas både av virus och bakterier
- Kletig, gul vätska
- Röda svullna ögon
- Sällan allvarligt



# Behandling av ögoninflammation

- Självläkande i de flesta fall
- Tvätta ögonen flera gånger per dag
- Byt handduk, örngott, "gosefilt", m.m.
- Noggrann handhygien
- Hemma då ögonen är som mest kladdiga



# När du ska söka vård för ögoninflammation



Sök vård om:

- långvariga besvär (mer än 1 vecka)
- uttalade besvär
- ljuskänslighet
- barnet har blåsor i ansiktet
- det gör on eller synen försämras



# Svinkoppor

- Ytlig och smittsam hudinfektion
- Gulaktiga skorpor på rodnad hud
- Orsakas av bakterier
- Små sår läker ofta av sig själv
- Tvätta med tvål och vatten morgon och kväll
- Kontakta vården om barnet får feber eller såren fortsätter sprida sig

# Förhindra spridning av svinkoppor

- Sprids via direktkontakt eller via föremål
- Tvätta händerna ofta
- Håll barnets naglar korta
- Rengör barnets nappar, örngott och leksaker ofta
- Byt eventuellt barnets tandborste
- Barn i förskolan bör vara hemma så länge såret vätskar

Barn i förskoleålder bör stanna hemma tills såren ser helt torra ut. Äldre barn, som förstår att det är viktigt att vara noggrann med att tvätta händerna, kan vara i skolan.

# När kan barnet gå tillbaka till förskolan efter en infektion?



- Barnets allmäntillstånd avgör när barnet kan återgå till förskolan.
- En dag på förskolan är som en dag på jobbet, är man hängig och sjuk så orkar man inte.

## Bra regel:

- Feberfri, god aptit och pigg. Då kan barnet gå tillbaka till förskolan.
- Vid magsjuka bör barnet stanna hemma två friska dygn innan återgång.

# Antibiotika



# Olika typer av antibiotika

- Antibiotika indelas i flera olika grupper
- Penicilliner är ett exempel på en grupp av antibiotika
- Antibiotika dödar eller oskadliggör bakterier



# Nytta respektive risker med antibiotika

Kan jag ha nytta av antibiotika? Är nyttan större än riskerna?



# Nackdelar med antibiotika



- Skadar vår normalflora som är ett del av vårt immunförsvar - det tar flera månader att återställa normalfloran
- Antibiotika har ingen effekt mot virus
- Bakterier kan bli resistenta mot antibiotika

Allergi mot antibiotika förekommer men är mycket ovanligt. Vid allergi kan inte alltid bästa tillgängliga antibiotika användas.



# Resistenshotet (motståndskraftiga bakterier)

För mycket antibiotika är ett  
globalt hot



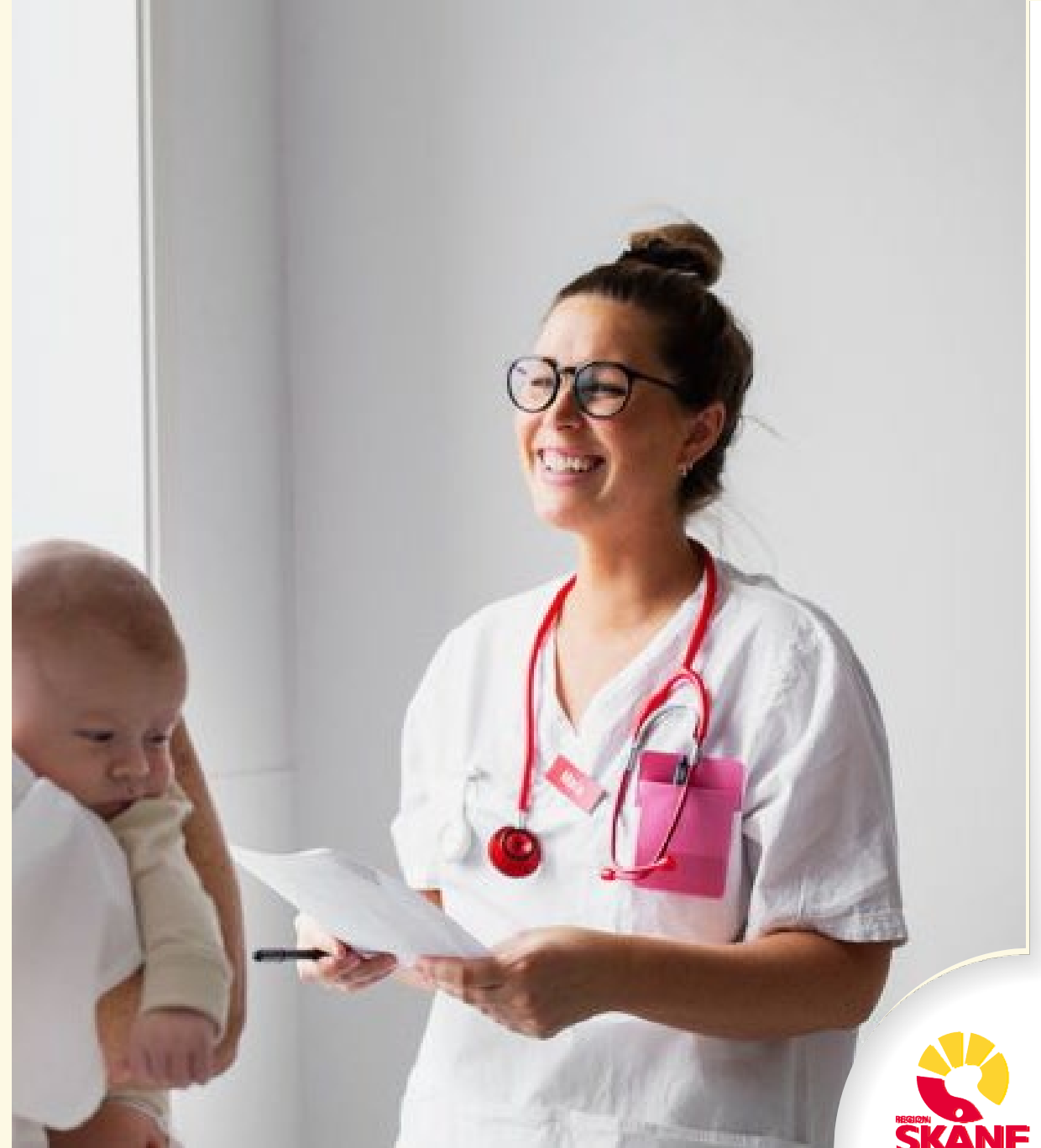


# Ska antibiotika alltid undvikas?

- Nej, antibiotika ska användas när det verkligen behövs
- Antibiotika kan vara livsavgörande
- Det ska tas med omsorg och eftertanke
- Omsorg om våra barn – och morgondagens...

# Sammanfattning

- Använd inte antibiotika för ”säkerhets skull”
- Tid och tålamod
- Förr fick många antibiotika vid vanlig luftvägsinfektioner
- Nu vet vi att kroppen själv kan läka ut de flesta infektioner utan antibiotika



## Tips på produkter att ha i hemmet för egenvård vid infektioner hos barn från 1 år

- Hudkräm (fet och oparfymerad)
- Handsprit
- Mjuka pappersnäsdukar
- Febertermometer
- Nässpray (avsvällande)
- Isglass
- Ibuprofen (supp eller flytande)
- Alsollösning
- Koksaltpipetter
- Paracetamol (supp eller flytande)



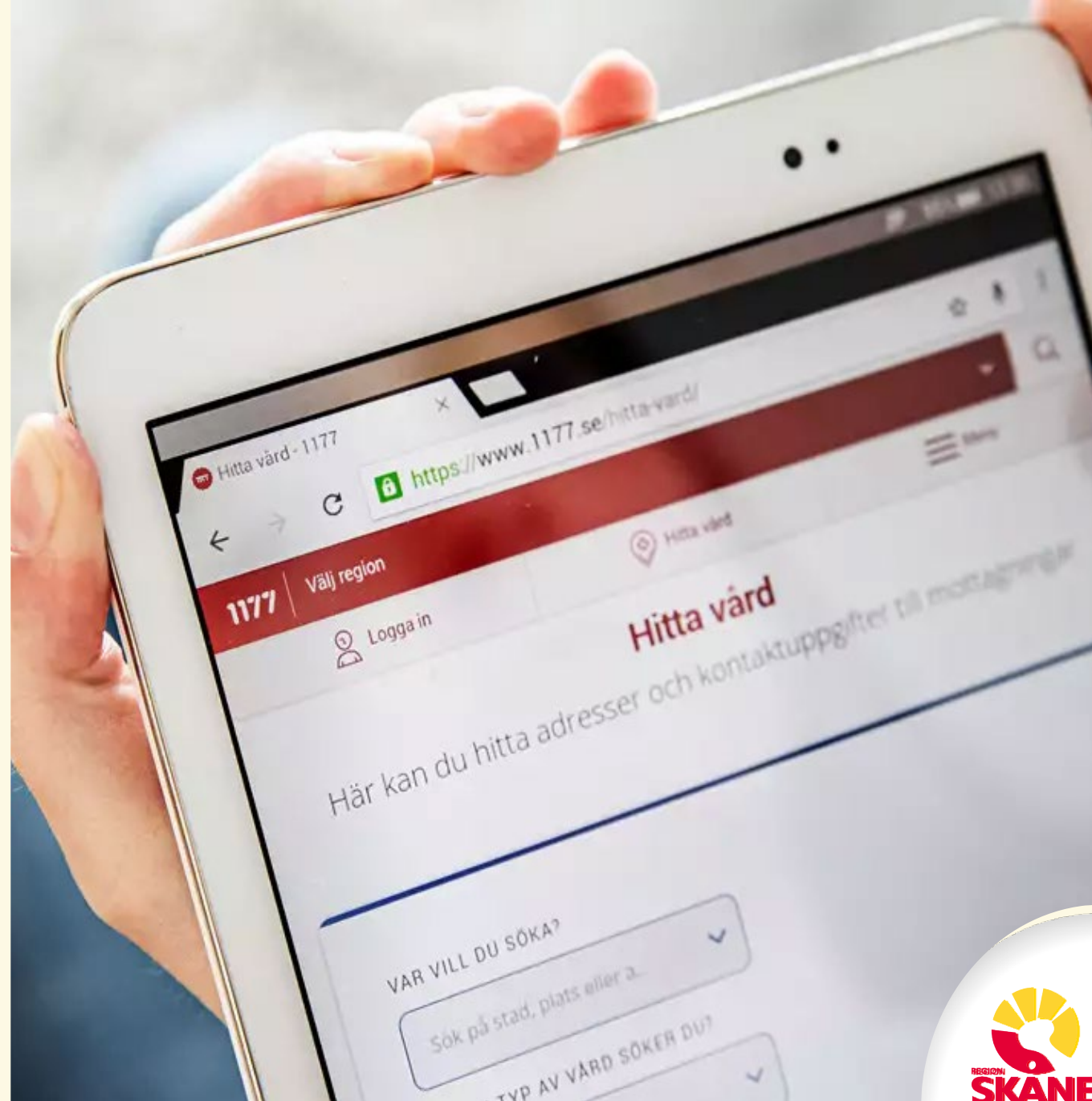
# 1177 – råd om vård dygnet runt



Via webben: 1177.se



Via telefon: 1177



# Källor

- Strama Region Halland
- Smitta i förskola (Socialstyrelsen)
- Rikshandboken barnhälsovård
- 1177.se
- Strama, samverkan mot antibiotikaresistens
- Läkemedelsverkets behandlingsrekommendationer

**Tack!**