

## FÖRKYLNING

Förkylning är den vanligaste infektionen hos barn. Den är godartad men smittsam och läker vanligen ut med hjälp av kroppens eget infektionsförsvar på 1–2 veckor.

### **Orsak**

Virus. Det finns många olika typer av förkylningsvirus.

### **Smittvägar och smittspridning:**

Smittar både via luften (nysningar) och som kontaktsmitta (via händer).

Smittar någon dag innan förkylningen bryter ut och sedan ytterligare några dagar. Det är därför svårt att undvika smittspridning av förkylning i småbarnsgrupper.

Att stänga av förkylda barn från förskolegruppen under hela den tid som förkylningen varar förhindrar inte smittspridning i gruppen.

**Symtom:** Snuva, nästäppa och nysningar är de vanligaste symtomen.

Nästäppa och snuva vid förkylning är som mest besvärliga några dagar efter det att man har blivit sjuk. Andra symtom i luftvägarna är ont i halsen, hosta och heshet, men också allmänna symtom som huvudvärk, feber och sjukdomskänsla.

### **Ska barnet vara hemma från förskolan?**

Allmäntillståndet hos barnet får avgöra om barnet ska vara hemma eller inte. För att återgå till barngruppen ska barnet vara feberfritt och orka med verksamheten under dagen, som också kan innebära utevistelse under flera timmar.

### **Medicinering på förskolan?**

Nej, vi ger inte febernedsättande medel utan läkares ordination på förskolan.

### **Hur ska förkylningar skötas?**

Det finns ingen botande behandling i dag, utan de mediciner som finns lindrar olika symtom.

Vid besvärlig nästäppa är näsdroppar bra, särskilt till natten. Näsdroppar ska dock inte användas under längre tid, högst tio dagar i sträck.