



Diarré (mave-tarminfektioner)

Vi ved at antallet af sygedage kan reduceres med op mod 1/3 gennem forbedret hygiejne. Fokus skal være på at vaske hænder og grundig rengøring af de ting vi ofte rører ved, fx legetøj, borde, dørhåndtag.

Alle er medansvarlige for at bryde smitteveje!!

Hvad er diarré?

Diarré er vandtynde afføringer eller flere løse afføringer indenfor et døgn. For at man kan tale om diarré, skal der være sket en klar ændring af afføringens konsistens eller hyppighed i forhold til barnets sædvanlige afføringsmønster. Afføringen har en påfaldende lugt.

Diarré kan skyldes en mave-tarm-infektion med virus, bakterier eller parasitter. Hos spæd- og småbørn skyldes diarré oftest virus. Denne form for diarré er smitsom.

Andre former for diarré kan være kronisk uspecifik småbørnsdiarré. Denne forekommer hos raske børn ofte efter 1 års alderen. Barnet trives men har tynde hyppige afføringer. Årsagen skyldes, at børnene indtager for meget fiberrig kost eller får for meget sukker.

Diarré kan også forekomme hos børn, der lider af kronisk tarmsygdom eller som følge af overfølsomhed overfor visse madvarer og tilsætningsstoffer. Disse former for diarré er ikke smitsomme.

Hvordan smitter diarré?

Årsagen til smitte med en mave-tarm-infektion og dermed diarré skyldes:

- Indtagelse af mad, der er forurenet med bakterier
- Smitte fra andre smittede personer - Smitten spredes via afføringen til hænder og derefter til munden, legetøj eller madvarer.

Tid fra smitte til sygdom

Oftest et par dage

Smitteperiode

Til afføringen er normaliseret. Dog særlige forhold i tilfælde af Roskildesyge, VTEC, Clostridium og Shigella.

Symptomer

Symptomer på mavemaveinfektion er diarré, opkastninger, mavesmerter og evt. feber. Mavesmerterne er oftest turevise.

Behandling

Kræver ikke medicinsk behandling. Symptombehandling se under "Hvad kan du selv gøre".

Hygiejne

- God håndhygiejne – både børn og voksne skal vaske hænder grundigt. Voksne kan gøre brug af håndsprit.
- Efter toiletbesøg
- Før spising og kontakt med madvarer og tallerkner, bestik m.m.
- Efter kontakt med dyr
- Efter bleskift skal både den voksne og barnet have vasket hænder.
- Ved bleskift i institutionen følges generelle anbefalinger .
- Brug af handsker
- Brug af engangsforklæde
- Afspritning af pusleplads.
- Der benyttes engangsklude og engangshåndklæder
- Personalet må være opmærksomme på risikoen for smitteoverførsel via deres eget tøj. Det frarådes at personalet bærer løsthængende tøj og lange tørklæder, evt. lange ærmer smøges op. Endvidere frarådes det at bærer smykker.
- Er der afføring og/eller opkast på tøjet skal dette lægges direkte i en plasticpose, der lukkes forsvarligt med en knude. Tøjet skylles ikke op forinden.

Derved undgås spredning af smitte.

I særlige tilfælde kræves der særlig rengøring af legetøj m.m i institutionen. Kontakt Sundhedsplejen. <http://sundhedsplejen.fmk.dk/service-menu/kontakt/>

Hvornår kan barnet modtages i dagpasning/skole?

Når afføringen er normal og barnet er rask og kan deltage i almindelige aktiviteter i daginstitutionen.

I tilfælde af Roskilderyge (noro virus) anbefales dog 2 dage hjemme efter at diarré og opkastning er ophørt. Ved VTEC og Shigella gælder særlige forholdsregler.

Hvad kan du selv gøre?

Giv barnet rigeligt at drikke f.eks. vand blandet med juice, kamillete med sukker eller sød saftvand. Det gør ikke så meget, at barnet ikke spiser noget mad, blot det får rigeligt at drikke. Tilbyd barnet forskellige slags drikke. I starten tilbydes barnet små mængder væske hyppigt for at undgå opkastninger. Undgå grov og fiberholdig kost så længe afføringen er tynd, det irriterer blot tarmen, så diareen fortsætter. I øvrigt må barnet spise, hvad det har lyst til.

Se endvidere punkt om hygiejne. **Kontakt til egen læge i åbningstiden**

Hvis diarréen varer mere end 2 døgn og barnet ikke vil drikke. Hvis der har været over 10 opkastninger og samtidig diarré det foregående døgn, og barnet er under 2 år. Hvis der er blod i afføringen.

Kontakt til læge/lægevagt med det samme

Hvis barnet har vedvarende mavesmerter. Hvis barnet er sløvt (kun vil ligge i sengen og ikke vil lege), hverken drikker eller tisser eller det reagerer med irritation over for lys og lyd.

Klik her for at finde nummeret til lægevagten i region Syddanmark

www.laevagten.dk/kontakt-laevagten/region-syddanmark