



Stopp bakteriene i barnehagen!

Unngå at minstemann er syk hele året.

Forkjølelsessymptomer som snue, hoste, halsonde og ørebetennelse er nesten dobbelt så vanlige hos yngre barnehagebarn, sammenlignet med barn som ikke går i barnehage. Mage- og tarminfeksjoner, som f.eks. omgangssyke, er opp til tre ganger så vanlig. I tillegg forekommer det ofte utbrudd av bl.a. hodelus, brennkopper og ulike utslettsykdommer i barnehager.

Heldigvis er dette ufarlige sykdommer, men smittefaren kan minskes for å unngå snørr og tårer på skift i familien. Nylig kom Folkehelse med oppdaterte råd for renslighet i barnehagen, og dette er råd også hjemmeværende og dagmammaer kan ha nytte av.

Lek + håndvask = sant

Spredningen av smitte skjer for det meste gjennom direkte eller indirekte kontakt, noe som gjør det vanskelig å unngå smittespredning helt på grunn av barns naturlige lek og utfoldelse. Trøsten får være at barnet ditt blir immun mot noen sykdommer, men noen typer vil komme igjen og igjen.

Smittespredningen forebygges derfor best gjennom gode rutiner for barnas og de voksnes håndvask, spesielt etter toalettbesøk, bleieskift og før håndtering av mat.

Generell hygiene

- Det er viktig å legge til rette for at renslighet blir en rutine i barnehagen, og at de voksne følger opp at barna faktisk vasker seg."
- Ha såpedispenser og papirhåndklær (eller personlig håndkle) ved alle håndvasker til vask etter toalettbesøk eller bleieskift.
- Bruk alltid varmt vann og såpe ved håndvask. Er hendene ikke synlig skitne, kan de renses ved å bruke et alkoholbasert hånddesinfeksjonsmiddel i stedet for håndvask.
- En grei regel er å alltid vaske seg når man kommer inn fra lek, både i barnehagen og hjemme.
- Unngå å nyse og hoste på hverandre, og vask spesielt hendene når barna har pusset nesene.
- Fellesleker i barnehagen av plast og tre bør vaskes regelmessig med rengjøringsmiddel og varmt vann, gjerne én gang per uke. Tøyleker kan vaskes i vaskemaskin.
- Ved stell av blødende sår og neseblødninger bør engangshansker brukes. Skrubbsår og andre småsår som ikke blør, stelles på vanlig måte.
- Stell og vanlig bleieskift kan fint foregå uten hansker.

Håndvask med sprit

Et godt supplement til håndvask med såpe og vann er hånddesinfeksjon med etanol, som for eksempel "Antibac". Dette kan brukes når hendene ikke er synlige skitne, og er et middel mange småbarnsforeldre liker å ha med i stellevesken og på reise.

En svensk studie fra 2008 påviste at ved bruk av hånddesinfeksjon med etanol, i tillegg til håndvask med såpe og vann, minsket sykefraværet blant barna med 12 %.

Bruk av sprit til hånddesinfeksjon regnes som helt trygt. Det er ingen fare for at spriten kan "tas opp" gjennom huden, eller inhaleres og gi rus ved håndvask. Alkoholbaserte hånddesinfeksjonsmidler bør uansett oppbevares forsvarlig for barn.

Matlaging

Barnehager som lager mat til barna på barnehagens kjøkken må ta særlige forholdsregler for mat hygiene. Har barna med seg matpakker hjemmefra, er det viktig at disse oppbevares kjølig.

Kontakt med dyr

Å være i kontakt med dyr, oppleves for de fleste barn som noe positivt. Det har dessuten blitt vanligere å dra på besøksgårder i mange barnehager.

Selv om norske dyr generelt har veldig god helse, kan bakterier smitte fra dyr til barn. Da er det nyttig å ta disse forholdsreglene:

- Vask hendene etter å ha klippet/kost med dyr, spesielt før måltid.
- Måltid under dyrebesøk bør skje på et sted der dyrene ikke har adgang.
- Å smake på upasteurisert (ubehandlet) melk anbefales ikke for barn, fordi de er ekstra utsatte for smitte med f.eks. E.coli.

Stopp bakteriene i barnehagen!

Kilde: Faglige råd fra Folkehelseinstituttet: Barnehager og smittevern