



**KUST-ÖSTERBOTTENS SAMKOMMUN  
FÖR SOCIAL- OCH PRIMÄRHÄLSOVÅRD  
FISC - K5**

## **DE VANLIGASTE BARNSJUKDOMARNA**



## Innehåll

De vanligaste barnsjukdomarna .....	3
Förkylning hos barn.....	3
Fever hos barn .....	4
Feverkramper.....	6
Vattkoppor .....	7
Scharlakansfeber.....	9
Halsfluss (tonsillit) .....	9
RS-infektion .....	10
3-dagars feber .....	11

## De vanligaste barnsjukdomarna

### Förkylning hos barn

Förkylningar orsakas av virus och är vanliga hos små barn. Förkylning är en form av luftvägsinfektion. I de allra flesta fall är en förkylning helt ofarlig.

Små barn smittas lätt och får omkring fem till sju förkylningar per år. Om barn går på dagis eller är hos dagmamma smittas de ännu oftare. De kommer i kontakt med många andra barn och umgås tätt med dem. Förkylningsviruset överförs då lätt från ett barn till ett annat. Antalet förkylningar brukar minska allt eftersom barnet blir äldre.

### Förkylningssymptom

Tecken på att barnet kan ha en förkylning är bland annat:

- Snuva, rinnande eller täppt näsa
- Nysningar
- Hosta
- Halsont eller irritation i halsen
- Feber (inte alltid)
- Hängig och trött



### Vad kan man göra?

Förkylning går oftast över inom en till två veckor utan att du behöver göra något särskilt. Eftersom förkylning orsakas av virus kan man inte behandla med antibiotika. Men några åtgärder kan lindra symptomen:

- Ge barnet mycket att dricka
- Är barnet täppt i näsan, men är så litet att det inte kan snyta sig, kan du droppa koksaltlösning i näsborrarna. Det rengör och gör snoret mer lättflytande. Koksaltlösning finns att köpa på apoteket.
- Avsvällande näsdroppar kan lindra nästäppa. Du får ge näsdroppar i max. 5 dagar. Barn under 1 år får **aldrig** behandlas med avsvällande näsdroppar.
- Om barnet får feber kan du ge febernedsättande medicin. **Läs doseringsanvisningen noga. Överdosera aldrig!**
- Var försiktig med hostmedicin. Rådgör med en sjuksköterska eller läkare först, eller fråga på apoteket.

### När kontaktas hälsovårdscentral?

Om barnet får mycket hög feber, förkylningen drar ut på tiden, om barnet får ont i öronen, får andningssvårigheter eller om barnets allmäntillstånd blir allt sämre bör du ta kontakt med hälsocentralens vårdbedömning, vårdpersonal eller läkare. När barnet är förkyllt kan ibland bakterier få fäste. Det kan ge följsjukdomar som exempelvis öroninflammation, lugninflammation och halsfluss.

### Hur kan jag förebygga att mitt barn blir smittat?

Förkylningsviruset är mycket smittsamt och det är litet som föräldern kan göra för att undvika att barnet blir smittat. Viruset är som mest smittsamt just när symptomen börjar märkas. Du kan dock undvika, att fler barn blir smittade, att hålla ditt barn hemma från dagis, dagmamma eller skola i början av en förkylning. Annat du kan göra:

- Lära barnet nysa i armvecket eller i en näsduk.
- Lära barnet att inte klia sig i ögonen eller peta näsan.
- Undvika att utsätta barnet för tobaksrök.
- Lära barnet tvätta händerna regelbundet särskilt i samband med måltid, toalettbesök och alltid då man kommer hem.

### **Feber hos barn**

Små barn har ett temperaturcentrum som inte är fullt utvecklat. Det betyder att deras kroppstemperatur kan svänga snabbt, både upp och ned. Det betyder också att barnets temperatur lätt påverkas av omgivningens temperatur.

Klä av barnet så att det bara har lite kläder på sig och på så sätt minska värmen. Om det tvärtom är alltför kallt ska du hjälpa barnet att hålla värmen genom att klä på det.



### **Vilken är ditt barns normala temperatur?**

Barnets normala kroppstemperatur ligger mellan 36,5 och 37,7 grader Celsius.

Om temperaturen mäts i barnets ändtarm, får man kroppstemperaturen direkt: den normala temperaturen ligger mellan 36,5 och 37,7 grader Celsius. En temperatur mätt i barnets mun är ungefär 0,5 grader lägre och det samma gäller för en temperatur mätt i örat. En temperatur mätt i barnets armhåla är inte speciellt pålitlig; man räknar med att den är cirka 1 grad lägre än temperaturen i ändtarmen. Undersökningar tyder på att ändtarmsmätningar är de mest precisa.

Somliga använder örontermometrar, trots att det kräver stor precision att sikta och träffa det rätta stället, speciellt när det gäller små barn. Kom exempelvis ihåg, att inte mäta på ett öra som precis har legat nere i den varma kudden eller ett som precis kommit in från kylan. I dessa fall ska det helst ha gått 10 – 15 minuter före mätning i örat.

### **Hur kan du mäta ditt barns temperatur?**

#### ***Ändtarmsmätning***

Den klassiska och mest precisa mätmetoden är ändtarmsmätningen. Det är den bästa för barn under 3 år. Den kan mätas både med en digital termometer och med en kvicksilvertermometer.

Om du har en kvicksilvertermometer ska du komma ihåg att slå ner den under 36 grader innan du börjar mätningen.

Om barnet är under 3 år, är det bra att lägga det tvärs över ditt knä med barnets mage ned mot dina lår, så att du har ett stadigt tag i barnet och så att du kan se vad du gör. Termometerens spets smörjs in med lite vaselin och förs sedan lugnt in 1,5 centimeter i barnets ändtarm. Håll termometern stilla i 2 minuter om det är en kvicksilvertermometer. En digital termometer mäter temperaturen på cirka 30 sekunder. Digitaltermometern piper när den mätt färdigt.

#### ***Öronmätning***

Att mäta temperaturen i örat är en användbar mätmetod om man är beredd att betala för apparaten. Öronmätningen är en snabb metod. Den är mer populär bland större barn än ändtarmsmätning och så tar det bara en sekund innan öronmätaren ger svaret.

Temperaturen är cirka 0,5 grader lägre än vid ändtarmsmätningen. Du ska vara uppmärksam på att det på termometern kan finnas flera olika inställningar och om så är fallet ska du naturligtvis välja den som är avsedd för barn.

Örontermometern ska också användas korrekt för att ge ett pålitligt svar. Läs därför igenom bruksanvisningen noga innan du börjar. Den vanligaste orsaken till felmätningar är att den temperatur som termometern mäter inte är den som egentligen ska mätas, nämligen den från trumhinnan, utan istället en temperatur från ett annat ställe i hörselgången. För att mäta rätt är det nödvändigt att dra den översta delen av barnets öra lite uppåt under tiden du mäter. Därmed rätar du ut barnets lätt S-formade hörselgång och termometern kan mäta trumhinnetemperaturen. Det kan vara bra att få råd om termometerns användning i affären där du köper den.

### ***Temperaturmätning i armhålan***

Slutligen kan temperaturen också mätas under armen, i armhålan. Denna mätmetod är inte heller att rekommendera vid mätning på små barn, eftersom de inte kan ligga stilla tillräckligt länge, och kan skada sig på termometern om de rör sig för mycket. Termometern läggs längst upp i armhålan i 10 minuter. Temperaturen är cirka 1 grad lägre än vid ändtarmsmätning.

### **Varför får barn feber?**

Feber är kroppens försvarsmekanism mot både virus och bakterier. Kroppen försöker att alstra så mycket värme att virus och bakterier inte överlever. Febern hjälper därför till att bekämpa sjukdomen.

### **Vad göra om barn får feber?**

Ge barnet mycket att dricka. Barnet behöver mer vätska än vanligt, eftersom det förbränner mer och svettas vid en hög kroppstemperatur. Ge barnet lite dryck i taget, men ofta, eventuellt endast en tesked i taget. Om du kan få ditt barn att dricka ordentligt så gör det inte så mycket om det inte äter särskilt mycket under några dagars tid.

Barnet ska kunna vila. Om barnet har hög feber har det också större behov av att vila och sova. Det behöver inte hela tiden ligga till sängs, om det mår tillräckligt bra för att leka, men barnet ska ha möjlighet att gå och lägga sig.

Låt barnet svalka sig. Avkylning kan vara ett bra sätt att få febern att gå ned. Vid hög feber är det tillräckligt att barnet endast har underkläder eller blöja på sig, så att det kan bli av med sin värme. Var uppmärksam så att det inte är för varmt i rummet där barnet befinner sig. Det får gärna vara kyligt, men inte dragigt. ***Feber ska INTE svettas ut!***

Om barnet har frossa och febern samtidigt stiger, får det självklart ha en filt eller ett täcke över sig under tiden det varar. Men när temperaturen är stabil, och barnet börjar svettas, ska det svalkas av.

### **Febernedsättande medicin**

Om du vill använda medicin för att sänka febern kan du fråga rådgivningens vårdbedömning eller på apoteket. Där får du veta vad som kan användas för barn och hur stor dos som är lämplig. Mängden medicin beror både på ålder och vikt.



### **Omsorg**

Sjuka barn är ofta trötta och lättirriterade. De sover mycket och när de är vakna vill de ha sina föräldrar hos sig hela tiden. De kan verka yngre än de egentligen är och det är absolut tillåtet att ge efter litet och skämma bort dem under tiden de är sjuka. Läs för dem, lek med dem och sitt hos dem.

Detta är inte rätt tidpunkt för uppfostran. Sjukdom hos barn går oftast snabbt över och de blir åter sig själva igen.

### **När är feber kritisk?**

Titta först och främst på ditt barn och använd ditt sunda förnuft.

- Ser barnet medtaget ut?
- Ser det sjukt ut?
- Är barnet inte sig likt?
- Om svaren är ja, kan du kontakta hälsovårdscentralens vårdbedömning, eller läkare.

Har du ett litet barn på under 3 månader som får hög feber bör du kontakta hälsovårdscentralens vårdbedömning, vårdpersonal eller en läkare. Om ditt barn gråter ihållande och är otröstligt och svårt att väcka, ska du också ta kontakt med en läkare. Feber på över 38,5 grader under mer än tre dagar bör undersökas av en läkare.

Har ditt barn andra symptom än feber, till exempel de som nämns nedan, ska du kontakta hälsovårdscentralens vårdbedömning, vårdpersonal eller en läkare:

- Stel nacke, kan vara ett tecken på hjärnhinneinflammation. Detta är tack och lov ovanligt.
- Hallucinationer
- Röda utslag
- Svårigheter att andas
- Kramper
- Långvariga kräkningar eller diarréer
- Långvarig halsfluss
- Sveda när det kissar, eller om det kissar ofta. Detta kan vara urinvägsinfektion.
- Andra sjukdomar, eller om barnet nyligen har opererats.

### **Feberkramper**

Alla barn kan få feberkramper om febern stiger hastigt. Det inträffar i regel före de första 3-4 levnadsåren men det är endast några få procent som får det.

Kanske beror det på att de har en lägre kramptröskel än andra, vilket betyder att det inte behövs så mycket innan det centrum i hjärnan, som utlöser kramperna, provoceras. Febern kommer i samband med de infektioner alla barn får under sin uppväxt, särskilt luftvägssjukdomar och barnsjukdomar.

Barn kan till en viss grad ärva tendenser att få feberkramper av sina föräldrar. Att barnet får feberkramper beror även på om barnet ofta har infektioner, och om det har tendens till att få hög feber. Cirka 4 av 10 barn som har haft ett feberkrampanfall får det igen, men detta varierar från barn till barn. Risken att barnet skall få ett nytt anfall är högst då det redan har en ärftlig faktor, ofta har febersjukdomar, och om den första feberkrampen utlöstes av en förhållandevis låg feber (under 39 grader).

### **Hur känns sjukdomen?**

Krampanfallet börjar med att barnet förlorar medvetandet och kroppen, armarna och benen stelnar. Huvudet böjs bakåt, och i armar och ben ser man muskeltryckningar. Huden bleknar eller får eventuellt en blå nyans. Anfallet slutar efter ett par minuter och ryckningarna upphör. Barnet blir helt slappt och huden får långsamt tillbaka sin normala färg samtidigt som medvetandet börjar återvända. Några barn vaknar fort medan andra är trötta och slöa en längre tid efter anfallet. Även om anfallet bara håller på i några få minuter, känns tiden som en evighet för den som iakttar. Krampanfall hos barn är alltid en skrämmande upplevelse.

## Vad göra om barn får feberkramper?

Du skall inte göra något under själva krampanfallet. Om barnet börjar kräkas skall du försiktigt vända barnet på sidan, eventuellt med huvudet nedåt. Då förhindrar du att kräkningen kommer ner i barnets lungor.

Förr i tiden brukade man lägga in en spatel i munnen på barnet så att det inte skulle bita sig i tunga eller läppar. Men det är mycket olämpligt. Man riskerar då att tänderna bryts av och det är mycket värre än ett oskyldigt bett i tungan eller läpparna.

När krampanfallet är över, läggs barnet i framstupa sidoläge.

Vid ett feberkrampsanfall kontaktas hälsovårdscentralens vårdpersonal eller läkare. Om anfall är långvarigt eller flera anfall kommer efter varandra, skall man ringa efter ambulans genom att slå 112.

Om barnet får feberkramp för första gången bör det läggas in på sjukhus. Om det tidigare har haft feberkramp är det inte lika nödvändigt, men det är en bra idé att låta barnet läkarundersökas. Det är viktigt att fastslå att krampen utlösts av en ofarlig virusinfektion. Har barnet haft feberkramper tidigare får föräldrarna råd hur de skall göra vid eventuella nya anfall.

Om barnet har feber är det viktigt att svalka det genom att klä av barnet och låta det sova med endast lakan på sig. Man kan låta ett fönster stå öppet (se bara till att det inte blir för kallt) och ge barnet något kallt att dricka. Trösta barnet! Vissa läkare rekommenderar att barnet ges febernedsättande läkemedel. Det är dock viktigt att man ger **rätt dos** av läkemedlet.

Feberkramper liknar epileptiska anfall, men har mycket sällan något samband med den sjukdomen.

## Prognos

Även om feberkrampsanfallen verkar vara mycket våldsamma och dramatiska är det mycket sällan som de leder till några varaktiga men.

Om ditt barn har haft feberkramper skall du tala med läkare om hur du skall göra nästa gång ditt barn får feber. Hälften får nämligen ett nytt krampanfall när de får feber igen. Så småningom minskar risken och är borta när barnet blivit 3-4 år gammalt.

## Vattkoppor

Sjukdomen orsakas av ett virus som kallas varicella zoster. Vattkoppor är en mycket smittsam sjukdom som i de flesta fall drabbar barn.

Den ger kliande utslag med blåsor. Sjukdomsförloppet är i regel godartat.

## Hur får man vattkoppor?

Man smittas med varicella zoster-virus och det sker från person till person, dels i form av direkt kontakt med de bristande vattkoppsblåsorna, och dels i form av luftburna droppar.

En person smittas från och med cirka 3 dagar innan utslagen bryter ut, tills samtliga blåsor har torkat in. Det tar cirka 10-20 dagar från det man smittats med vattkoppor tills sjukdomen bryter ut.



### **Vad är tecken på vattkoppor?**

- Utslag som i regel börjar på mage och rygg samt i ansiktet och som sedan kan spridas till hårbotten, armar och ben. Det kan också sprida sig till slemhinnor, särskilt i munnen och på könsorganen.
- Utslagen kliar ofta.
- Utslagen börjar som små röda prickar, som i loppet av några timmar utvecklar sig till blåsor. Efter 1-2 dagar ombildas en blåsa till skorpa.
- Det kan bildas nya blåsor i 3-6 dagar.
- Antalet blåsor är mycket olika från person till person.
- Eventuell feber.
- Barn är oftast endast lite medtagna.
- Vuxna är vanligtvis sjukare.
- Fram till det att sjukdomen bryter ut kan den drabbade ha feber och vara slö.

Vårdpersonal kan ställa diagnosen utifrån sjukdomstecken.

### **Vem är i riskzonen**

Gravida som inte har haft vattkoppor och personer med nedsatt immunförsvar, till exempel barn med leukemi och personer med HIV.

Likaledes skall personer som får immunnedsättande medicin vara uppmärksamma. Personer i riskzon kan få varicella zoster – immunoglobulin för att undvika/underlätta vattkoppsmitta.

Sedan flera år finns ett levande försvagat vaccin med god skyddseffekt.

### **Goda råd**

- Var uppmärksam på att personen smittar tills det finns skorpor på alla blåsorna och det inte kommer nya. Den sjuka skall således hållas hemma tills dess.
- Undgå att klia i blåsorna på grund av risken för inflammation.
- Var noga med personlig hygien.
- Kalla omslag kan lindra klådan.
- Håll den sjuke sval då värme och svett kan utlösa klåda.

### **Framtidsutsikt**

Förloppet är normalt godartat. Sjukdomen varar i regel 7-10 dagar hos barn och längre tid hos vuxna. Likaledes får den vuxna oftare komplikationer än barn, men dessa är sällsynta.

Om man en gång har haft vattkoppor har man blivit immun mot sjukdomen för resten av livet. Däremot kan man senare i livet drabbas av bältros. En person med bältros kan smitta en annan person så att denne får vattkoppor.

### **Vilka komplikationer kan uppstå?**

- Bakteriell inflammation i blåsorna.
- Ögoninflammation eller lugninflammation.
- I mycket sällsynta fall kan vattkoppor kompliceras med bland annat hjärninflammation, hjärtmuskelinflammation eller Reyes syndrom.

### **Hur behandlas vattkoppor?**

Behandlingen går huvudsakligen ut på att lindra symptomen. Klådan kan lindras såsom beskrivits under ”Goda råd”. Likaledes finns det olika former av läkemedel till utvärtes bruk, bland annat

zinkliniment och lokalbedövande preparat, som minskar klådan och lindrar i några timmar. Vid användning av lokalbedövande ämnen skall man dock uppmärksamma att det kan svida en liten stund.

Vid vattkoppornas utbrott kan det klia så våldsamt att barnens nattsömn störs i hög utsträckning. Då kan man eventuellt ge antihistamin som kan ha en sömngivande effekt. (Antihistaminer är medel som används mot allergiska sjukdomar, åksjuka och sömnlöshet.)

### **Scharlakansfeber**

Scharlakansfeber orsakas av bakterier som kallas streptokocker och ger utslag i huden i samband med en halsinfektion.

Sjukdomen drabbar ofta barn, men man kan få den i alla åldrar. Karaktäristiska symptom är hudutslag och ”smultrontunga”, det vill säga att tungan svullnar upp och blir röd och prickig. Sjukdomsförloppet är normalt godartat och barnen behandlas med antibiotika.

### **Varför får man scharlakansfeber?**

Streptokockbakterierna smittar antingen vid direktkontakt eller genom luftburna droppar. Inkubationstiden är två till fyra dagar.

Scharlakansfeber kommer samtidigt som en halsinfektion som också utlöses av streptokockerna, men de karaktäristiska utslagen kan man också få i samband med streptokockinfektioner på andra ställen av kroppen, till exempel i huden. Scharlakansfeber betraktas därför som ett led i en streptokockinfektion, och inte som någon självständig sjukdom. Bakterierna producerar ämnen som framkallar utslagen och kroppen bildar antikroppar mot dem, vilket gör att man kan få scharlakansfeber en gång i livet.

### **Vilka symptom ger sjukdomen?**

- Halsinfektion med ont i halsen, smärtor när man sväljer och feber.
- Utslag som börjar i ansiktet, bara området runt munnen är fritt, sprider sig till kroppen, armarna och benen. De försvinner efter tre till fem dagar.
- ”Smultrontunga”, tungan är väldigt röd och påminner om ett smultron.
- Efter tre till fem dagar fjällar man, dels på kroppen, dels på handflator och under fotsulor.

### **Goda råd**

- Vid tecken på halsinfektion, feber och utslag på kroppen bör man uppsöka hälsovårdscentralens vårdbedömning, vårdpersonal eller läkare.
- Smärtor när man sväljer kan lindras genom att man dricker varmt och äter mosad kost.
- Drick mycket.

### **Hur behandlar man scharlakansfeber?**

Läkaren ställer diagnos utifrån sjukdomsbilden och genom att ta en bakterieodling från halsen. Streptokocker behandlas med antibiotika. Är man allergisk mot penicillin behandlas man med erytromycin.

Förloppet är oftast godartat och sjukdomen är över på en vecka. Utslagen försvinner snabbt, speciellt om patienten behandlas med antibiotika.

### **Halsfluss (tonsillit)**

Halsfluss är en sjukdom som framförallt är lokaliserad till halsmandlarna och området runt dem. Både virus och bakterier kan orsaka halsfluss. Det är dels en sjukdom i sig själv, men ses också som led i andra sjukdomar som till exempel körtelfeber och sällsynt akut HIV-infektion.

Sjukdomen drabbar ofta barn och unga, men kan uppträda i alla åldrar. Karaktäristiska symptom är ont i halsen och sväljningssmärter. Om sjukdomen är bakteriebettingad behandlas den med antibiotika. Förloppet är vanligtvis godartat.

### **Hur får man halsfluss?**

Halsfluss får man genom att smittas med bakterier eller virus. Virusbettingad halsfluss kan orsakas av flera luftvägsvirus och Epstein-Barr-virus som ger allmän lymfkörtelsvullnad, nästan alltid omfattande även mandlarna. Smittan sprids i små mikrodroppar från den infekterade luftvägen.

Bland de bakteriellt utlösta halsfluss är streptokocker grupp A den viktigaste orsaken. Smittan sker via luftburna droppar, men kan också ske genom hudkontakt. Inkubationstiden för virusutlöst halsfluss är längre, för körtelfeber upp till sex veckor.

### **Vilka är symptomen på tonsillit?**

- Ont i halsen, sväljningssmärter (eventuellt går smärtan ut i öronen).
- Rodnad i halsen, förstörade mandlar, ofta med beläggningar.
- Feber.
- Förstorade lymfkörtlar på halsen.
- Vid halsfluss orsakad av vissa virus kan det finnas små blåsor på mandlarna och på gomseget. Blåsorna spricker i loppet av några dagar och det uppstår små sår. Såren kan vara mycket smärtande.
- Vid streptokockutlöst halsfluss har man ofta förstörade mandlar med beläggningar, intensivt rodnade slemhinnor i bakre svalget, ont i halsen hela tiden, oftast hög feber och småningom dålig andedräkt. Man kan bli rätt medtagen av sjukdomen.

### **Goda råd**

- Vid symptom på halsfluss med feber och generell sjukdomskänsla skall du uppsöka hälsovårdscentralens vårdbedömning, vårdpersonal eller läkare.
- Sväljningssvårigheter lindras ibland med varma drycker och flytande kost, men det lönar sig också att pröva kalla drycker eller t.ex. glass.
- Drick mycket.

### **Sjukdomsförlopp**

Halsfluss är vanligtvis en godartad sjukdom som går över på 1-2 veckor. Vid streptokockutlöst halsfluss kan det uppstå utslag (scharlakansfeber), och andra komplikationer som till exempel en böld i mandeln med svår värk, vanligen bara på den ena sidan, öroninflammation och bihåleinflammation.

### **Hur behandlas halsfluss och vilken medicin kan man ge?**

Läkaren ställer diagnosen utifrån sjukdomsbilden, halsprov (odling och/eller snabbtest för streptokocker) och eventuellt blodprov.

Halsfluss orsakad av bakterier skall behandlas med antibiotika. Virusutlöst halsfluss behandlas inte utan går över av sig själv på 1-2 veckor utom körtelfeber där det kan ta månader innan man känner sig frisk.

### **RS-infektion**

RS-virus är en förkortning av respiratoriskt syncytialvirus. RS-viruset förekommer mest under vintern och tidiga våren; då är det den vanligaste orsaken till att små barn drabbas av akut bronkit.

Barnen kan bli mycket medtagna och det kan vara nödvändigt att lägga in dem på sjukhus. Det är dock ytterst sällan som sjukdomen är livshotande och de flesta barn tillfrisknar utan några men.

RS-virus smittar ofta från person till person vid handkontakt. Vuxna eller äldre barn får en vanlig förkylning.

### **Symptom**

Symptomen börjar med att näsan rinner och att barnet nyser. Därefter får det feber och hosta som påverkar andningen. Symptomen utvecklas ofta inom loppet av några timmar. Den mest kritiska perioden brukar vara två, tre dagar efter att hostan börjat. De små luftvägarna i lungorna är då påverkade och andningen kan vara ansträngd och plågsam. Rasslande ljud i bröstkorgen, snabb andning, blekhet och att barnet blir lätt blått runt munnen och under naglarna kan vara tecken på att sjukdomen blivit allvarlig. Barn som är under sex månader kan få svårt att dia och den snabba andningen gör att de bara kan sova korta stunder.

Sjukdomsbilden är typisk. Från ett prov från näsan kan RS-virus påvisas med snabbtest. I en epidemisituation behövs detta inte.

### **Behandling**

Barn under sex månader blir ofta inlagda på sjukhus om de får RS-virus. Det gäller särskilt om barnet har andningsbesvär och därmed svårt att äta, dricka och sova. Äldre barn kan oftast skötas hemma. Antibiotika har ingen verkan på sjukdomen, eftersom det är en virusinfektion. En del barn har hjälp av läkemedel som utvidgar luftrören. Barnen behöver ofta syrgas. Om barnet lider av vätskebrist kan det bli nödvändigt att tillföra vätska via dropp.

### **Prognos**

Även om sjukdomen är över på en vecka, fortsätter många barn att hosta under en längre tid därefter, särskilt i samband med förkylningar.

### **Profylax**

Barn under sex månader bör inte komma i närheten av personer som är förkylda. Det är viktigt att tvätta händerna noggrant med tvål innan man lagar mat, äter, efter att man varit på toaletten och varje gång man snutit sig. Det gäller särskilt under vintermånaderna och om barnet sedan tidigare är ömtåligt på grund av att det är för tidigt fött, eller till exempel har hjärtfel. Det finns förebyggande injektioner som kan ges till speciella riskgrupper.

Amning kan i viss mån ha en förebyggande effekt mot luftvägsinfektioner, inklusive RS-virus.

### **3-dagars feber**

3-dagars feber är en vanlig och relativt lindrig infektionssjukdom, som drabbar barnet de första levnadsåren, oftast före 2-års ålder. Den är virusorsakad.

### **Symptom**

Hög feber 39 – 40 grader i 3 – 4 dagar, ibland lindrig snuva och hosta. Trots febern är barnet förhållandevis opåverkat. När febern sjunker kommer småfläckiga röda utslag (2-3 mm stora) på mage och rygg och sprids ev. till hals, överarmar och lår. Utslagen bleknar efter någon dag.

Diagnos ställs på sjukdomsförloppet. Behandling mot virusinfektion finns inte. Viktigt att se till att barnet dricker och har svala kläder.