

# *Hygienrutiner i skolan*

*Råd till skolans personal gällande smittförebyggande insatser*



## Råd till skolans personal gällande smittförebyggande insatser

God hygien är avgörande för att undvika smitta. I skolan handlar det om att möjlighet ges till att kunna utföra en ordentlig handtvätt samt att ha bra rutiner för noggrann städning, i syfte att förebygga och minska smittspridning av infektioner.

### Handhygien

En ordentlig handtvätt kräver att det finns tillgång till flytande tvål och pappershanddukar. Lär gärna eleverna att använda pappershandduken för att stänga av kranen. Textilhanddukar kan utgöra en smittkälla och ska därför inte användas i skolan.

### Handtvätt ska ske

- före varje måltid, dukning och servering
- före hantering av mat
- efter toalettbesök
- efter utevistelse

### Användning av handdesinfektionsmedel

Handdesinfektion ska användas som komplement efter noggrann handtvätt, eller som ersättning när det inte ges möjlighet till handtvätt med tvål och vatten samt vid utbrott av influensa och magsjuka. Handdesinfektionsmedel är återfettande och en bra hudvårdsprodukt för händerna och ska användas på synligt ren och torr hud. Placera gärna handdesinfektionsmedel i entrén vid matsalen och i klassrummen vid behov.

Det är viktigt att lära eleverna att arbeta in rikligt med handdesinfektionsmedlet i händerna och fördela desinfektionsmedlet på och mellan fingrarna, på handryggar, handflator och runt handleder och arbeta in den ordentligt tills händerna känns torra.

### Rutiner vid infektionsutbrott

Vid infektionsutbrott (flera personer som insjuknar i likartad sjukdomsbild) ska rutiner för god handhygien ses över. Det är rektors ansvar, i samarbete med skolsköterskan, att besluta om vilka åtgärder som ska vidtas. Vid behov kontakta centrala elevhälsan eller Smittskyddsenheten [www.smittupp.nu](http://www.smittupp.nu).

### Allmänna råd vid infektionsutbrott

Textilier, möbler samt gemensamma kontaktytor såsom dörrhandtag och dörrkarmar ska rengöras med lämpligt allrengöringsmedel. Rengöringen bör även omfatta leksaker, tangentbord, datormus och andra hjälpmedel som används. Vårdnadshavare och all personal ska informeras om att ett utbrott har skett. Vädra ofta och regelbundet, tio minuters korsdrag byter effektivt ut luften.

## Allmänt om infektionssjukdomar

### **Virusinfektion**

Virus är den vanligaste orsaken till infektioner, som vid till exempel förkylning och halsont. Virusinfektion smittar i regel även innan symtomen bryter ut. Vid virusinfektion utan feber och allmänpåverkan finns ingen anledning att vara hemma från skolan av smittsamhetsskäl.

### **Bakteriell infektion**

Bakteriell infektion medför ibland att allmäntillståndet blir mer påverkat än vid virusinfektion. Då är det viktigt att eleven får stanna hemma tills han/hon är helt friskt och gärna ytterligare någon dag.

### **Svamp- och parasitinfektion**

Svampinfektioner kan uppstå i hud och slemhinnor. Det finns medel för lokal behandling av sådan infektion. Av parasiter finns det många slag, alltifrån huvudlöss till maskar och mikroskopiska organismer som ger diarré. Även dessa kan behandlas med läkemedel.

## Några vanliga infektionssymtom och infektionssjukdomar

### **Diarré/kräkningar**

Diarré/kräkningar kan ha olika lång inkubationstid (tiden från smittillfället till symtom visar sig) beroende på om besvären orsakas av virus eller bakterier. Har eleven varit utomlands och där varit magsjukt eller insjuknar efter hemkomsten, bör kontakt tas med vårdcentralen.

Om eleven insjuknar i skolan, bör vårdnadshavaren hämta barnet skyndsamt. Under väntetiden ska eleven vila på en enskild plats och under tillsyn av personal. Eleven ska stanna hemma i ett till två dygn efter att ha blivit frisk.

### **Feber**

Feber är inte en sjukdom i sig, utan ett sätt för kroppen att försvara sig mot exempelvis en infektion. Vid virusinfektioner är det vanligt att plötsligt insjukna med hög feber. Läkemedel får endast ges av skolsköterskan eller efter vårdnadshavares samtycke.

Elever med feber ska stanna hemma och ha minst en feberfri dag innan återgång till skolan.

### **Halsfluss (tonsillit)**

Halsfluss beror oftast på en bakteriell infektion orsakad av streptokocker. Symtomen är halsont och feber. Ofta ses beläggningar på halsmandlarna och ibland förekommer magbesvär. Inkubationstiden är 2–7 dygn.

Eleven ska vila hemma och ha minst en feberfri dag innan återgång till skolan. Streptokocker kan ibland ge besvärliga epidemier.

**Svinkoppor (impetigo)**

Svinkoppor är en relativt vanlig och smittsam hudinfektion orsakad av streptokocker/stafylokocker. Utslagen uppträder oftast kring munnen och runt näsan, och börjar som små varfyllda blåsor som så småningom brister och infektionen kan då sprida sig. Förändringarna täcks ofta av gula fjäll och skorpor.

Om eleven ska gå i skolan beror på utslagens utbredning och placering på kroppen.

**Vattkoppor**

Vattkoppor är en mycket smittsam virusinfektion med ofta intensivt kliande, små vätskefyllda blåsor (koppor). Inkubationstiden är 10–21 dygn. Kopporna kommer i olika stadier. Börjar med små röda fläckar som utvecklas till upphöjningar som sedan blir till vätskefyllda blåsor, vilka brister och torkar in till torra skorpor som sedan faller av. Nya blåsor kan uppträda efterhand under flera dagar. Barn och ungdomar med svår klåda kan, då de kliar sig, få en bakteriell infektion i huden via kopporna. När endast torra skorpor återstår är smittsamheten liten. Vattkoppor smittar mest från ett par dagar innan utslagen visar sig till ungefär sex dagar efter att de har börjat synas, men det kan smitta tills alla vattkoppor har torkat in och blivit sårskorpor.

Ska eleven vara hemma? När ett fall av vattkoppor upptäcks har smittan ofta redan spridits. Eleven kan komma tillbaka till skolan när vid feberfrihet och när eleven mår bra.

**Viktigt!**

Skolan ska alltid informera vårdnadshavarna, via klasslärarna, när vattkoppor finns på skolan. Det finns elever med nedsatt immunförsvar, som kan bli svårt sjuka av vattkoppor, och till dessa ges vid behov läkemedel eller vaccin som förhindrar att sjukdomen bryter ut.

**Vinterkräksjuka**

Vinterkräksjuka är en virusinfektion som vid utbrott har visat sig vara mycket smittsam och smittsamheten kan vara även några dagar efter tillfrisknandet. Inkubationstiden är 1–3 dygn, oftast förekommer utbrott under vinterhalvåret. Insjuknandet kan ske hastigt med illamående, kräkningar, diarré, buksmärtor, huvudvärk, yrsel och feber. Sjukdomen är självläkande inom några dygn. Återinsjuknande är ganska vanligt.

**Viktigt!**

Elev ska stanna hemma i ett till två dygn efter att ha blivit frisk.

**Ögoninflammation**

Ögoninflammation med variga ögon är ett vanligt problem och orsakas av virus eller bakterier. Besvären uppträder ofta tillsammans med snuva som en del av förkylningen och kan ofta behandlas med näsdroppar. Tillståndet beror på att tårkanalen är täppt på grund av snuva.

Vid mycket besvär och kladdiga ögon bör eleven vara hemma. Annars avgör allmäntillståndet.

### **Ovanligare smittor**

Vissa smittsamma sjukdomar faller under en särskild lag, smittskyddslagen. Mer information hittar du på [www.smittupp.nu](http://www.smittupp.nu)

Läs mer:

För mer information om sjukdomarna och behandlingen av dessa. Se [www.1177.se](http://www.1177.se)

**Ansvarig utgivare:** Christina Stenhammar, centrala elevhälsan

### **Källa:**

När barnet är sjukt, utgiven av Smittskyddsenheten, Region Uppsala 2014  
1177.se