

## Allmänna och särskilda hygienråd

Skolan har ansvar för egenkontroll och dokumentation av hygienrutiner. Infektioner sprids främst via händerna men även via föremål som till exempel textilhanddukar och handtag. Handhygien är mycket viktig. Om personal och elever följer nedanstående råd så minskas risken avsevärt för smittspridning.

## Allmänna råd

### Handtvätt

- Tvätta händerna med flytande tvål och vatten samt torka med pappershanddukar. Glöm inte att gnugga och tvåla in mellan fingrarna på båda händerna.
- Tvål ska finnas på alla toaletter och användas.
- Handtvätt görs efter utevistelse och toalettbesök.
- Handtvätt görs alltid före måltid.

### Handsprit

Handsprit är återfettande och skonsamt mot huden.

Användarinstruktion: Ta rikligt med handsprit och fördela jämnt över båda händerna. Kom ihåg tummarna, fingertopparna, ovansidan av fingrarna samt handlederna

- Handsprit kan användas när ingen synlig eller kännbar smuts finns på händerna samt efter att man tvättat händerna och torkat t.ex. efter toalettbesök och före måltid samt matlagning, när händerna inte är nersmutsade.
- Handsprit kan i vissa situationer ersätta handtvätt t.ex. vid utflykter utanför skolan.
- Handsprit ska finnas på alla personaltoaletter, i personalköket, hos husmor samt i alla klassrum. I förstahjälpen-väska som ska medtagas vid alla utflykter utanför skolan, ska det finnas handsprit.

## Handskar

Handskar ska användas:

- vid direkt kontakt med kroppsvätskor t.ex. blod, kräkning och slem.
- Vid omläggning av sår
- Vid städning av hygienutrymmen
- Handskar ska finnas i alla första hjälpen väskor samt i städrummet.
- Handskar (S M L XL) samt handsprit finns på hyllan utanför stora personaltoaletten.

## Övriga råd för att minska smittspridning

- Utevistelse är en friskfaktor för såväl elever som personal t.ex. på alla raster. Medtag våtservetter/handsprit för handhygien.
- Hosta och nys i armvecket (inte i handflatan).
- Vädra klassrummet regelbundet så att luften byts. Det kan räcka med en kort stund.
- Kökspersonal ska aldrig ta hand om kräkning eller liknande under den tid de arbetar i köket.
- Sjukfrånvaron ska registreras. Rutin för att följa upp hög sjukfrånvaro ska finnas!
- Stoppade möbler, gardiner, mattor och tavlor ska tvättas och rengöras 2 gånger per år.
- Utklädningskläder samt leksaker och liknande ska rengöras vid behov och minst två gånger per år.
- Örngott och filter tvättas varje vecka. Om möjligt bör dessa vara personliga. Tvätta i minst 60 grader och torktumla efter. Bakterier torkar ut och dör av värmen.
- Husmor har särskilda hygienrutiner för att hantera maten.

## Särskilda råd

### Åtgärder vid incident med blod

*Se särskild rutin vid blodsmitta!*

- Allt blod betraktas som smittsamt
- Använd alltid skyddshandskar.
- Torka upp med engångsmaterial

### Omedelbara åtgärder

- **Stick- eller skärskada** – skölj rikligt med vatten, desinfektera med handdesinfektionsmedel.

- **Blod på huden:** Skölj - rikligt med vatten, desinfektera med handdesinfektionsmedel.
- **Blodstänk i ögat eller mun:** Skölj - rikligt med vatten.
- **Blod på ytor eller föremål:** Torka upp med engångsmaterial, desinfektera med ytdesinfektionsmedel, förpacka materialet i plastpåse, förslut väl och släng i vanliga sopor.

## **Magsjuka**

- Om barnet insjuknar på skola/fritids i magsjuka. Ring föräldrar om hämtning! Håll barnet från den övriga barngruppen om möjligt! Se särskild information.

## **När ska barnet vara hemma från skolan?**

### **För barnets skull**

- Barnets allmäntillstånd avgör – barnet ska orka delta i aktiviteterna.
- Barn med feber – även lindrig, ett feberfritt dygn hemma innan återgång.
- Barn med hosta som håller barnet vaken på natten.

### **Av smittskyddsskäl**

- Vid antibiotikabehandling bör barnet vara hemma i minst två dygn.
- Vid magsjuka gäller 48-timmarsregeln.
- Akut öroninflammation.
- Svinkoppor – tills alla sår har läkt.
- Springmask. Sjukvårdens råd är att barnet inte behöver vara hemma från skola/förskola. Magitaskolan har lokala riktlinjer som innebär att barnet ska vara hemma i två dygn efter påbörjad behandling. Vid frågor hänvisas till rektor samt skolsköterska. Se särskild information.
- Huvudlöss. Vid huvudlöss på skolan kontaktas vårdnadshavare direkt och barnet hämtas. Barnet ska stanna hemma så länge det finns levande löss i håret.

## **MAGSJUKA**

Både virus, bakterier och parasiter kan ge upphov till akut diarré och kräkning. Virusorsakade infektioner är vanligast. Smittsamheten är oftast stor. De flesta infektioner läker ut av sig själva. Det är viktigt att barn med vattentunna diarréer och/eller många kräkningar får i sig tillräckligt med vätska i kombination med salt o socker dvs. Vätskeersättning. Det finns att köpa på apotek.

### **Smittvägar**

Smitta sker genom direkt kontakt med sjuka personer och/eller förorenade kontaktytor (handdukar, leksaker, handtag etc) och via smittad föda. Magsjuka kan också smitta genom aerosol dvs små droppar i luften, som sprids vid kräkning och som inandas eller faller ner på mat.

### **Inkubationstid**

Tiden från det att man smittas tills symtomen uppträder är oftast kort, 1–3 dagar.

### **Hygienråd**

- God handhygien! Tvätta händerna efter toalettbesök och före måltid! Håll barnets naglar korta, då fastnar det mindre mängd bakterier och virus.
- Smittade/sjuka personer ska *inte* hantera livsmedel.
- Locket läggs på innan du spolrar på toaletten.
- Håll tvättställ, kranar, toaletsits och spolknopp rena.

### **Ska barnet stanna hemma?**

- Barn med magsjuka, diarré och kräkning, ska inte vistas på skolan/fritidshemmet.
- Barnet kan återgå till skolan när de ätit normalt och inte kräcks eller haft diarré under minst 48 timmar för yngre barn (förskoleklass) och 24 timmar för äldre barn.

**Vinterkräksjuka:** En till två dygns symtomfrihet innan man återvändertill skolan.

## **SPRINGMASK**

### **Springmask, vanligt men ofarligt.**

Alla kan få springmask men det är vanligast hos barn. Ofta märker man att barnet har springmask genom att det kliar åt ändtarmen. Barn kan också få svårt att somna och sova dåligt. Klådan är intensiv, framförallt på kvällen och natten. Det beror på att masken ofta blir mer aktiv när barnet ligger stilla i sängvärmen. Man kan även ha springmask utan klåda eller andra besvär.

### **Smitta**

Maskarna sprids genom att man får i sig springmaskens ägg genom munnen. Äggen utvecklas till larver i magsäcken och därefter till vuxna maskar i magtarmkanalen.

De nya maskarna tar sig till ändtarmen där de lägger nya ägg alldeles utanför ändtarmens öppning. *Äggen kan sedan spridas via fingrar, ytor, leksaker, underkläder. Filtar och sängkläder. Barn kan smitta sig själva med sina egna maskars ägg om de stoppar fingrarna i munnen efter att ha kliat sig i rumpan.*

### **Behandling**

Springmask behandlas med en receptfri medicin, Vanquin, som finns som tabletter. Läkemedlet dödar maskar och larver, men äggen påverkas inte. De kan leva i ett par veckor och nya maskar kan födas. Därför behöver man ta medicinen en gång till efter två till tre veckor för att säkert bli av med masken. Man ska inte börja behandlingen med läkemedel utan att verkligen ha sett maskar, eftersom klåda i ändtarmen kan ha andra orsaker.

### **Nödvärdigt att hålla rent.**

För att säkert bli av med springmasken, och få död på äggen, måste de som fått springmask vara extra noggranna med att tvätta sig och hålla rent under den två veckor långa behandlingsperioden.

### **Särskilda hygienråd vid springmask**

- Tvätta händerna efter toalettbesök och före maten.
- Använda flytande tvål och egen handduk.
- Hålla naglarna kortklippta.
- Duscha stjärten varje dag och använda flytande tvål.
- Byta underkläder och pyjamas varje dag.
- Byta sängkläder ofta.
- Tvätta smutsiga underkläder och sängkläder så fort som möjligt, helst samma dag som de byts.
- Städa badrum och sovrum varje dag så att de ägg som finns bland husdammet försvinner.

## HUVUDLÖSS

### Bakgrund

En huvudlus är 2-4 mm lång, smutsgul, genomskinlig och ganska platt. Den har 3 par klooliknande ben som den klättrar på hårstråna med.

Lusen biter hål på huden och suger blod några gånger per dag. En lus lever ungefär i 1 månad. Varje hona lägger under denna tid 200-300 millimeter stora ägg s.k gnetter som "klistras" fast vid hårstråna, nära hårbotten. Efter ca 1 vecka kläcks äggen till nya löss.

### Symtom

Klåda i hårbotten är vanlig och rivskador kan ge eksemliknande förändringar, särskilt i nacken. En del personer kan ha löss utan att ha klåda.

### Spridning

Huvudlusen kan inte hoppa eller flyga utan förflyttar sig genom att klättra på hårstråna. Vanligen sprids lusen genom kontakt hår mot hår, två huvuden så tätt ihop att en "värmebrygga" uppstår. En lus utanför hårbotten lever högst ett dygn. Kammar, hårborstar och mössor som använts under de senaste timmarna kan ibland transportera löss. Löss och ägg i textilier dör vid maskintvätt minst 60 grader, vid kemptvätt, i torkskåp 50 grader i 30 minuter, efter förvaring under en vecka i rumstemperatur samt vid djupfrysning -18 grader i 10 timmar.

### Hur upptäcker man lusen?

Man kan upptäcka löss eller lusägg genom att kamma igenom håret över en spegel eller ett vitt papper. Det är mest effektivt att använda en ljus finkam med korta och täta piggar.

**Tips!** Gå in på [LusFri.nu](http://LusFri.nu) och titta på en instruktionsvideo hur du ska luskamma på mest effektivt sätt.

### Behandling

Huvudlöss har blivit mer svårbehandlade. Det beror på att de kan ha blivit motståndskraftiga, resistenta, mot tidigare rekommenderade läkemedel. Därför bör man i första hand använda de nya anvisade medlen, oljor, som kallas medicintekniska produkter. Man ska *endast behandla om man har sett levande löss*. Det är inte bra att behandla i förebyggande syfte eftersom effekten är osäker och risk för resistens ökar. När löss förekommer i en familj ska alla kontrolleras.

*Medicintekniska produkter ska väljas i första hand.* De medlen innehåller dimetikon som är en silikonolja. Produkterna masseras in i hår och

hårbotten och får verka anvisad tid innan de sköljs ut. Anvisning på förpackningen ska följas.

*Receptfria läkemedel* väljs om alternativ ett inte hjälper. Dessa innehåller bensylbensoat och disulfiram. Medlet ska sitta kvar i håret under 24 timmar. Behandlingen upprepas efter en vecka.

### **Ska barnet stanna hemma från skolan om de har huvudlöss?**

- När huvudlöss upptäcks hos ett barn på Magitaskolan kontaktas målsman direkt och får hämta sitt barn snarast.
- Information lämnas till samtlig personal som i sin tur informerar föräldrar att löss förekommer på skolan och att finkamning bör utföras enligt instruktion.
- Barnet ska stanna hemma så länge det finns levande löss i håret. Efter att barnet har behandlats utförs kontrollkamning dagligen under den närmaste veckan.