



Magsjuka - föräldrainformation

Akut diarré och kräkningar är vanligt i förskoleåldern. Både virus, bakterier och parasiter kan ge upphov till sådana symtom. Virusorsakade infektioner är vanligast. Smittsamheten är i allmänhet 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 och socker, så kallad vätskeersättning. Sådan vätskeersättning, både till barn och vuxna, finns att köpa på apoteken.

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 (små droppar i luften) som sprids vid kräkning och som inandas eller faller ner på mat.

Inkubationstid

Inkubationstiden (tiden från det att man smittats tills symtom uppträder) är vanligtvis kort, 1-3 dagar

Hygienråd

- God handhygien är viktigt. Tvätta händer efter toalettbesök, vid blöjbyte och före måltid.
- Smittade/sjuka personer ska inte hantera livsmedel.
- Locket läggs på innan du spolar på toaletten.
- Blöjor läggs i plastpåse som knyts ihop och kastas direkt.
- Håll tvättställ, kranar, toaletsits och spolknopp rena.

Ska barnet stanna hemma?

Ja, barn med magsjuka (diarré eller kräkningar) ska inte vistas på förskolan. Efter en akut tarminfektion (diarré och/eller kräkningar) kan barnet komma tillbaka till förskolan när det ätit normalt och inte kräkts eller haft vattentunn diarré under minst 48 timmar. En del barn kan ha lösa avföringar en till flera veckor efter mag-tarminfektion. Detta saknar betydelse om barnet är piggt.

Observera

Snabb rapport till förskolan om barnets sjukdom kan göra att smittspridning minskas och eventuella utbrott förhindras. Om barnet har varit utomlands och fortfarande har diarré när det förväntas återgå till barnomsorgen ska man först kontakta sjukvården innan återgång till förskolan.

För mer information se Socialstyrelsen bok "Smitta i förskolan" [Smitta i förskolan – en kunskapsöversikt – Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se/omsorg-och-vard/utbildning-och-utveckling/utbildning-och-utveckling-2018-2019/Smitta-i-forskolan-en-kunskapsoversikt)

GÄLLER FÖR VERKSAMHET

Region Norrbotten

PUBLICERINGSDATUM

2026-05-11

DOKUMENT-ID

ARBGRP214-964864214-159

ANSVARIG

Frida Jakobsson

VERSION

3.0

UPPRÄTTAD AV

Inga-Lill Josefsson