

Till personal, elever och föräldrar i förskola/skola

Information om den Nya influensan A (H1N1) till förskola/skola

Bakgrund

Den nya influensan är ett nytt influensavirus som sprids över världen. Den finns i alla världsdelar och fortsätter att sprida sig i samhället. I Sverige har antalet smittade hittills varit relativt få och de allra flesta som smittats har fått smittan utomlands. När skolor/förskolor och arbetsplatser nu öppnar efter sommaruppehållet kommer sannolikt smittspridningen att ta fart någon gång under hösten. Eftersom de flesta inte har varit i kontakt med viruset tidigare är risken stor att många kommer att drabbas. Majoriteten av dem som hittills insjuknat har varit under 30 år.

Symtom

Sjukdomsbilden är ett ofta hastigt insjuknande med feber, muskelvärk, huvudvärk samt besvär från luftvägarna i form av hosta eller halsont. Ibland förekommer även diarré och kräkning. Den nya influensan liknar den återkommande säsongsinfluensan men kan även ge lindrigare symtom som vid en kraftig förkylning. Endast en väldigt liten andel av dem som insjuknat har blivit svårt sjuka.

Smittspridningen

Viruset finns i salivdroppar och sprids via hosta och nysning. Smittan flyger inte långa vägar i luften utan det krävs nära kontakt med den som är sjuk för att själv drabbas. Virusnet kan även fastna på ytor som dörrhandtag, man kan då via sina händer föra viruset vidare till slemhinnor som t ex näsa och ögon. Inkubationstiden är oftast några dagar men kan variera mellan en till sju dagar. Man räknar med att man är smittsam till och med ett dygn efter feberfrihet eller max sju dagar efter insjuknandet.

Vaccination

Sverige har beställt vaccin till samtliga invånare. Två doser skall tas med några veckors mellanrum. I dagsläget pågår tester av vaccinet för att se om det även kan ges till barn. Vaccineringen planeras att komma igång i början av oktober. Först vaccineras sjukvårdspersonal samt de som har underliggande sjukdomar och därmed riskerar att drabbas hårdare av influensan. Om ert barn har en kronisk sjukdom som gör dem mer infektionskänsliga skall ni ta kontakt med barnets behandlande läkare för en vaccinationsbedömning.

Information kommer att gå ut när vi vet när och var barnen kan vaccineras.

När vaccinationen är i gång kommer smittspridningen att minska. Ju fler som vaccinerar sig desto mindre virus kommer det att finnas i samhället och därmed skyddas de som kan bli allvarligt sjuka av influensan.

Hur kan vi motverka smittspridning?

Tvätta händerna ofta

Med god handhygien kommer man långt! Bästa sättet att bli av med virus som fastnar på händerna är att tvätta dem med tvål och vatten. Torka sedan händerna torra med en engångshandduk. Med handsprit får du bort ännu mer virus efter handtvätten.

Hosta och nys i armvecket

Fånga upp virus genom att hosta och nysa i armvecket eller i en pappersnäsduk som du slänger direkt i soporna.

Om du är sjuk, stanna hemma

Den som inte mår bra ska som alltid stanna hemma. Detta är det effektivaste sättet att motverka smittspridning. Var extra lyhörd för om något verkar vara på gång hos ert barn. Före återgång till förskola/skola måste barnet minst ha varit feberfri ett dygn samt ha ork och aptit för att klara av en dags aktivitet. Dessa råd om hur man skyddar sig själv och andra mot influensa finns som PDF för utskrift på smittskyddsenshetens hemsida. [Hämta affischen här.](#)

Skolstängningar

Det är inte aktuellt att generellt stänga förskolor/skolor i syfte att minska smittspridningen. Det mesta talar för att det inte har någon betydande inverkan på influensans utbredning men att det istället medför andra stora konsekvenser för samhället, skolan och familjen. Det kan dock inte uteslutas i enskilda fall, beslut fattas av smittskyddsläkare och verksamhetsansvariga.

När ska man söka vård?

Gravida och personer med underliggande sjukdomar har en något ökad risk för allvarigare sjukdom. Dessa ska därför i tidigt skede kontakta Sjukvårdsrådgivningen för ställningstagande till eventuell behandling.

Definition av riskgrupperna finns att läsa på Socialstyrelsens hemsida www.socialstyrelsen.se dokumentet ligger under rubriken handläggning och heter *Riktlinjer för hälso- och sjukvårdens handläggning av influensa A(H1N1)* och uppdateras regelbundet.

Precis som vid vanlig influensa behöver personer utanför riskgrupperna inte uppsöka sjukvården vid lindrig sjukdom. En del tycker att symtomen kan lindras med receptfria feber- och smärtstillande läkemedel. Tänk på att dricka mycket. Om man får andningssvårigheter eller försämring efter några dagars sjukdom ska man kontakta sjukvården för ställningstagande till vård. **Ring 1177 – Sjukvårdsrådgivningen** så får du hjälp. Undvik att gå direkt till mottagningar utan att anmäla din ankomst eftersom du då kan sprida smittan vidare i väntrummet.

Allmänna frågor

De flesta frågor och svar om influensaläget och vad myndigheterna gör finns på myndigheternas gemensamma informationstjänst via telefon 020-20 20 00 eller www.krisinformation.se

Följ även uppdateringar på vår hemsida www.vgregion.se/smittskydd