

Det går vannkopper i barnehagen!



Det er meldt om tilfeller av vannkopper i barnehagen. Dette skrivet gir informasjon om hva vannkopper er og når et smittet barn kan gå i barnehagen igjen

Hva er vannkopper?

Vannkopper skyldes vannkoppeviruset, og er en av de mest smittsomme sykdommene vi har i Norge. Den smitter svært lett, og nesten alle (95%) voksne har vært utsatt for smitten. Smitten skjer kun mellom mennesker, og den vanligste årstiden for smitte er senvinter og vår.

Hvordan blir man smittet?

Vannkopper smitter både gjennom ørsmå dråper i luften (luftsmitte), men også gjennom direkte kontakt med væske fra utslettet. Man er mest smittsom fra dagen før utslettet kommer til 5 dager etter første utbrudd av utslett. Dette betyr at man ofte smitter andre før man selv er klar over at man er syk.

Det er også mulig å bli smittet av voksne som har utbrudd av helvetesild. Helvetesild (Herpes Zoster) er en senere reaktivering (nytt utbrudd) av viruset som har ligget latent i kroppen, og som hos voksne og eldre kan gi et utslett som regel på et begrenset hudområde av kroppen. Helvetesild er mye mindre smittsomt enn vannkopper, og de færreste som har hatt vannkopper får en slik reaktivering.

Vannkopper i nærmiljøet påvirker ikke utbrudd av helvetesild.

Det tar som regel akkurat 14 dager fra man er smittet av vannkopper til man selv blir syk og får utslett, men et sted mellom 2-3 uker er regnet som inkubasjonstid.

Det er ikke uvanlig at søsken som smittes av en søster/bror får mer utslett og flere symptomer enn førstemann. Dette kan skyldes at de har blitt utsatt for et kraftigere smitteangrep.

Vannkopper kan man bare få en gang i livet.

Kan vannkopper være farlig?

For normalt friske barn er vannkopper nesten alltid en uskyldig sykdom. Voksne som smittes blir oftere hardere angrepet. En sjelden gang kan vannkopper gi lungebetennelse og hjernebetennelse, men dette sees de få gangene det skjer helst hos barn eller voksne med nedsatt immunforsvar. Premature bør ikke utsettes for smitten.

Er vannkopper farlig for gravide?

Svært sjelden kan en gravid kvinne som blir smittet av vannkopper overføre smitten til fosteret og det er da ca 2 % risiko for fosterskader før 20 uke. Mødre som smittes rundt fødselen kan smitte barnet sitt og barnet kan også da bli hardere angrepet. Nyfødte barn av mødre som aldri har hatt vannkopper er en risikogruppe. Gravide som aldri har hatt vannkopper bør unngå smitten. For gravide som selv har hatt vannkopper tidligere, er det ikke farlig å omgås vannkopper

Symptomer og forløp

De fleste har et mildt forløp av sykdommen, ofte uten feber eller andre plager. Man kan få lett feber, og mange plages med kløe i utslettet. Utslettet kommer raskt de første dagene, og det typiske er at man ser utslett i forskjellige stadier. Det begynner som røde prikker som raskt blir til små blemmer, som deretter sprekker og tørker inn med skorper som til slutt faller av. Vannkopper gir utslett på kroppen, også i slimhinner, ører, øyne og munn, men ikke i håndflater og fotsåler.

Det hele er over i løpet av en ukes tid, og restene av utslettet forsvinner etter et par uker.

Vannkoppesårene kan bli infisert med bakterier og blir da mer røde og hissig enn de andre blemmene, det kan komme gult verk og de kan bli smertefulle å komme borti. Hvis en vannkopp bli infisert bør den renses med klorhexidin to ganger daglig, og dekkes til. Hvis mange av vannkoppene blir infisert bør barnet tilsees av lege.

Behandling av vannkopper

Vannkopper trenger som regel ingen behandling. Man kan gi paracetamol dersom feberen blir plagsom, og kløestillende midler dersom kløen forstyrrer nattesøvnen for mye. Reseptfritt fås Hvitvask som noen synes kan lindre litt, men ved store plager kan man få resept av barnets lege på et antihistamin som virker søvndyssende og kløestillende.

Det kan være lurt med et daglig bad for å sikre god hygiene slik at infeksjon i vannkoppene forebygges.

Bør man oppsøke lege?

Personer i risikogrupperne nevnt over bør oppsøke lege ved vannkopper, da det finnes annen behandling for de som får alvorlig sykdom av vannkoppene. Det finnes også vaksine som gis til spesielle pasientgrupper.

Hvis barnet har mye kløe og plager om natten kan lege kontaktes for å få et kløestillende middel som også virker søvndyssende. Dersom mange av vannkoppene blir betente og fylt med gult puss bør en lege også se på utslettet.

Ved vanlig forløp av vannkopper er det ikke nødvendig å kontakte lege.

Når kan barnet komme tilbake til barnehagen?

Det må gå minst 5 dager fra første vannkopp til barnet kan gå i barnehagen igjen. Etter disse 5 dagene er det allmenntilstanden som avgjør. Noen barn får lite utslett og plager, mens andre får mye og har feber og sykdomsfølelse i tillegg. Man skal vente til utslettet har begynt å tørke inn, og det ikke kommer nye vannkopper før barnet sendes tilbake i barnehagen igjen, og minst i 5 dager.