

The logo consists of the number '1177' in white, bold, sans-serif font, centered within a solid red square.

## Magsjuka hos små barn

### Symtom på magsjuka

Ett barn som har magsjuka får ett eller flera av följande symtom:

- barnet mår illa
- barnet har ont i magen
- barnet kräks
- barnet har diarré
- barnet har feber
- barnet är trött och orkar ingenting.

Barnet vill oftast inte heller äta.

Symtomen kommer ofta snabbt ett par dagar efter att barnet har smittats. Kräkningarna upphör ofta inom ett eller ett par dygn. Diarréerna kan pågå längre, ibland upp till en vecka.

### Vad kan jag göra själv?

Här är råd om vad du kan göra själv när barnet har magsjuka.

#### *Ge barnet att dricka ofta*

Barn som har magsjuka behöver få i sig vätska. Erbjud därför barnet att dricka, gärna så snart barnet har fått magsjuka.

Ge barnet lite vätska i taget, men ofta. Dricker barnet för mycket vätska på en gång kan hen kräkas igen.

Du kan försöka att ge vätska med en liten sked om barnet har svårt att dricka själv.

#### *Försök med isglass*

Du kan försöka att ge isglass om barnet inte vill dricka. Men fortsätt att erbjuda barnet vätska och vätskeersättning. Barnet behöver fortfarande vätska eller vätskeersättning, även om hen äter upp isglassen.

#### *Fortsätt amma eller mata med flaska*

Om du ammar eller ger barnet bröstmjolk med flaska ska du fortsätta med det, men oftare än vanligt och även om barnet fortsätter att kräkas. Om du ammar kan du försöka att mjölka eller pumpa ur bröstet för att därefter ge mjölken med sked om barnet inte vill suga på bröstet.

#### *Droppa vätska i munnen*

Du kan också använda en särskild plastspruta som används för att ge läkemedel till barn. Spruta eller droppa vätskeersättningen eller bröstmjölken mot insidan av kinden, så rinner vätskan ner i halsen. Undvik att spruta direkt mot gommen, det kan ge barnet kväljningar. Sprutor i olika storlekar finns på apotek.

#### *Två teskedar vätska var femte minut*

Barn som kräks mycket behöver få två teskedar vätska ungefär var femte minut. Två teskedar är ungefär 10 milliliter, om du ger vätskan med spruta.

#### *Vätskeersättning kan behövas*

Det bästa är att ge vätskeersättning om barnet kräks mycket eller har kraftiga diarréer. Det gäller alla barn, oavsett ålder. Vätskeersättningen hjälper till att återställa kroppens vätskebalans.

Ibland kanske barnet inte vill dricka vätskeersättningen. Du kan då försöka att smaksätta den med juice eller lite koncentrerad saft.

#### *När kräkningarna slutar men diarréerna fortsätter*

Det är vanligt att barnet slutar att kräkas men fortsätter att ha diarré ett tag till.

Fortsätt då att ge det som barnet brukar äta.

Barn som ammar kan fortsätta att amma. Barn som inte ammar kan få bröstmjölk ersättning, risvälling eller majsavalling i flaska. Anpassa till det som passar för barnets ålder. Börja med att ge små mängder åt gången. Bröstmjölk ersättning kallas även modersmjölk ersättning.

Du kan pröva att ge morotssoppa om barnet är över sex månader. Morotssoppa kan ha en stoppande effekt på diarréer. Du kan göra soppan själv genom att blanda morotspuré och vatten.

### **Så kan du förebygga magsjuka**

Magsjukan beror oftast på en virusinfektion.

Magsjuka smittar lätt och ofta är flera personer sjuka samtidigt i familjen eller på förskolan. Därför är det bra att göra följande:

- Tvätta händerna med flytande tvål före måltider och efter toalettbesök.
- Ha egen handduk eller använda pappershandduk.
- Håll toaletten avtorkad och ren.

### **När och var ska jag söka vård?**

Kontakta genast en vårdcentral eller en jouröppen mottagning om barnet har diarré, kräks och samtidigt har ett eller flera av följande symptom:

- Barnet får inte i sig någon vätska eller kissar mycket mindre än vanligt.
- Barnet är trött, orkar inte leka och är ointresserad av omgivningen.
- Barnet har mycket ont i magen och det går inte över eller blir värre.
- Det finns blod i kräkningarna eller i bajset.

Om det är stängt på vårdcentralen eller den jouröppna mottagningen, sök vård på en akutmottagning.