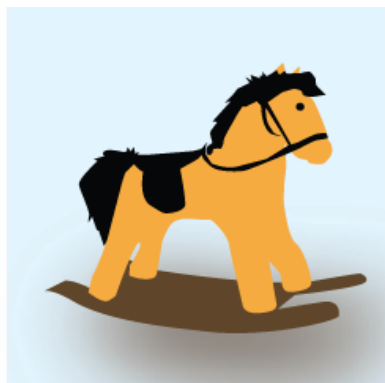


Ved du det?

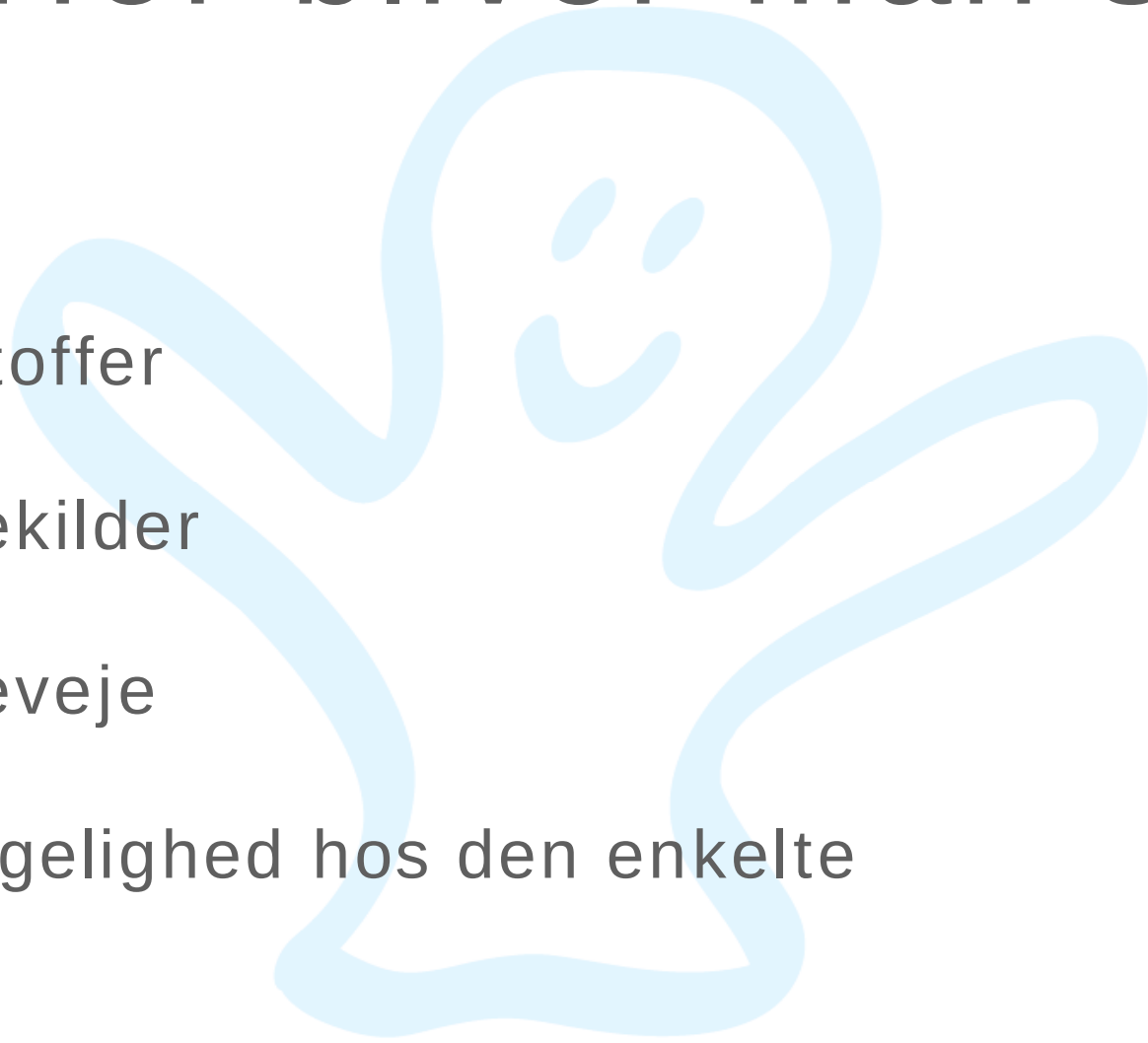
Om smitstoffer
og spredning af smitte

- og hvordan du kan håndtere det



Hvorfor bliver man syg?

- Smitstoffer
- Smittekilder
- Smitteveje
- Modtagelighed hos den enkelte



Smitstoffer

Mikroorganismer, der kan medføre
infektioner

Bakterier, virus, parasitter, svampe og andre





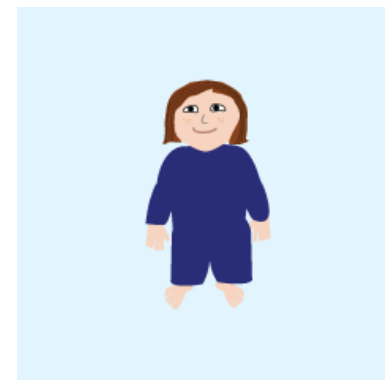
Smittekilder

De steder,
hvor smitstofferne kommer fra

Typiske smittekilder

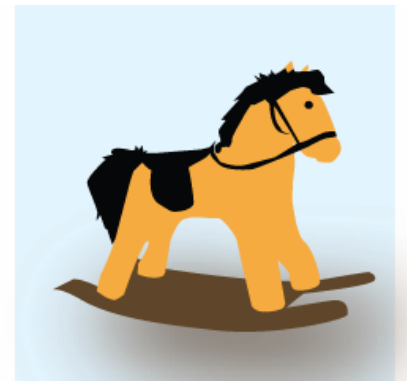
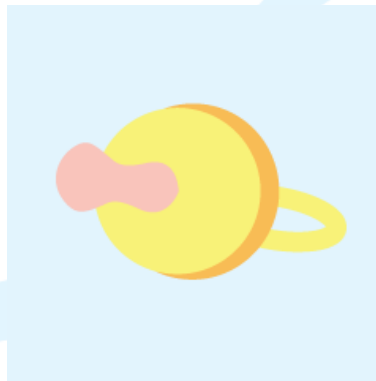
Smitstofferne kommer fra:

- spyt og savl
- snot
- afføring
- urin
- gylp og opkast
- væske fra betændelse
- blod
- mad



Smitteveje

De måder, smitte spredter sig på



Hvordan smittes vi?

Hyppigste smittemåde er kontaktsmitte:

- direkte smitte
- indirekte smitte

- derudover findes:

- luftbåren smitte
- smitte fra mad og drikke
- blodbåren smitte

Modtagelighed hos den enkelte

Øger modtageligheden

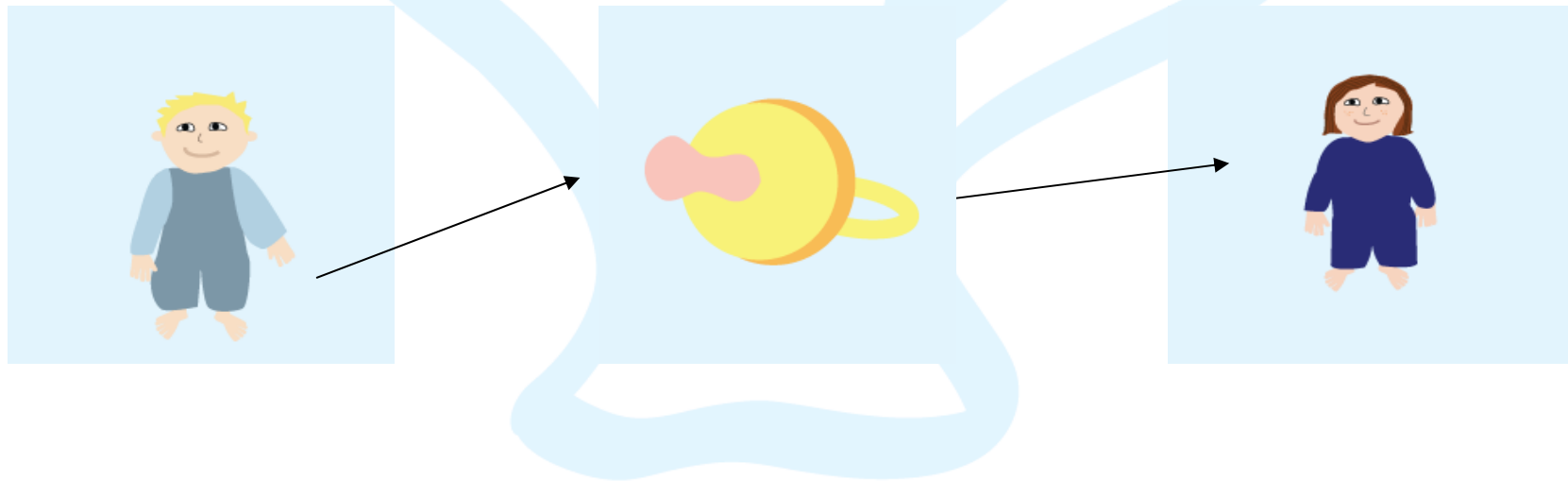
- behandlet med medicin
- kronisk sygdom
- rekonvalescens
- træthed
- fejlnæring
- ikke vaccineret
- støv, træk og kulde
- allergi

Svækker modtageligheden

- ikke syg for nylig
- får nok søvn
- sund mad og drikke
- er vaccineret
- godt indeklima, frisk luft
- ingen allergi

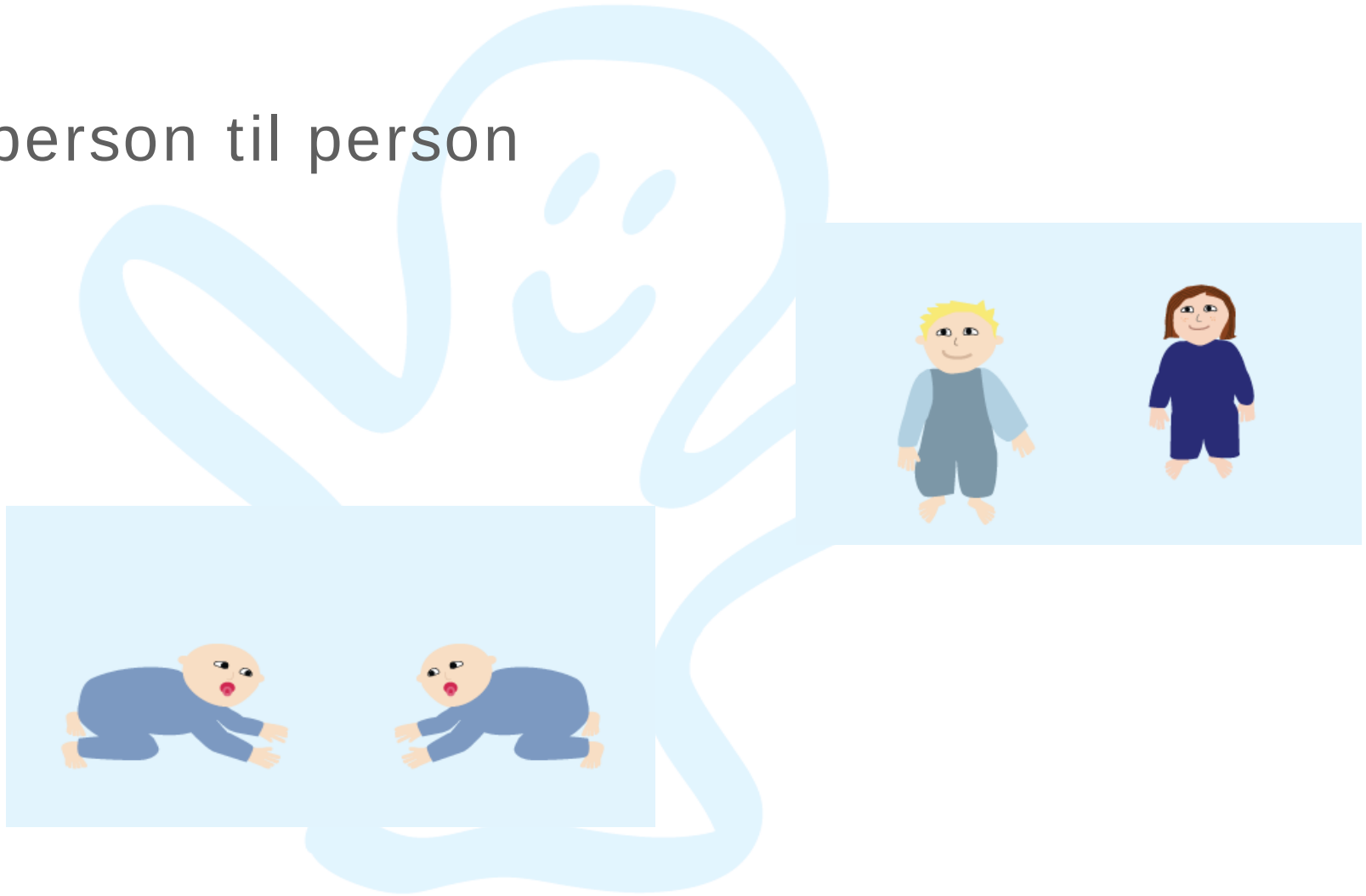
Indirekte kontaktsmitte

- fx fra næse til mund til sut og videre til hånd og mund



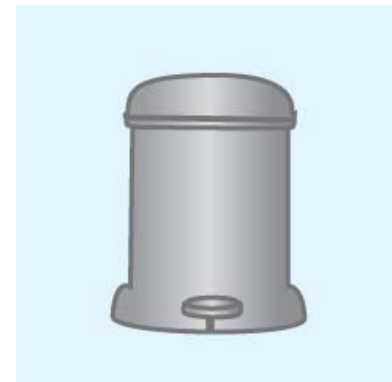
Direkte kontaktsmitte

- fra person til person



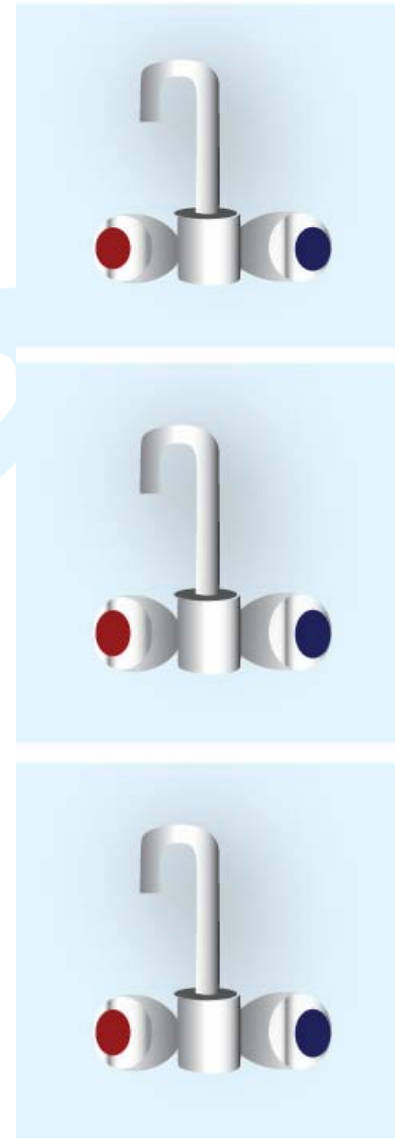
Hvornår er faren for smitte stor?

- ved øjenbetændelse
- ved sår og børnesår
- ved afføring/diarré eller opkastning
- ved forkølelse
(det tynde næseløb i optakten til forkølelse er allerværst)
- ved hoste og nys



Hvordan HÅNDterer du det?

- håndvask
- håndvask
- håndvask



Sådan er en god håndvask

- hænderne fugtes i vand, brug godt med sæbe og fordel den
- håndryg og fingermellemrum vaskes på begge hænder
- håndfladerne vaskes med let flettede fingre
- fingerspidserne vaskes
- tommelfingerens bagside vaskes på begge hænder
- håndfladernes furer vaskes på begge hænder
- håndleddene vaskes
- hænderne skyldes omhyggeligt for sæbe under rindende vand og dup hænderne tørre

Håndvask - hvor?

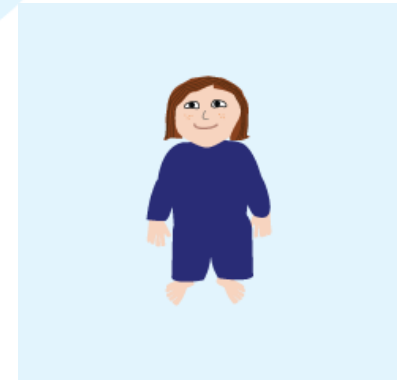
- på badeværelset
- på toilettet
- ved puslepladsen
- i køkkenet
- på legepladsen og i haven

Det er smart at sørge for, at alt til hænderne er inden for rækkevidde

- håndsæbe
- affaldsspand
- noget at duppe hænderne tørre i
- anbefalet creme til hænderne

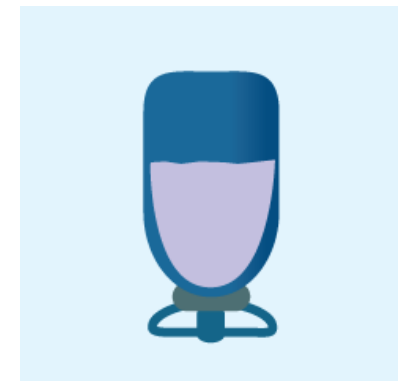
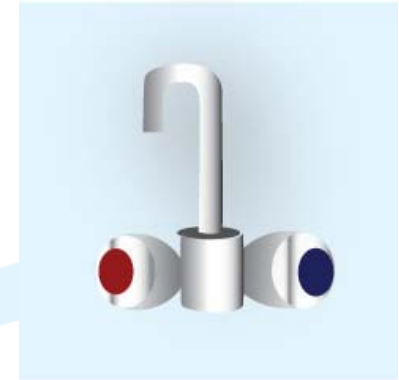
Håndvask! Hvornår?

- før madlavning og under madlavning
- før spisning
- efter toiletbesøg
- efter børnene er blevet hjulpet på toilettet
- efter bleskift
- efter håndtering af snavset vasketøj
- efter næsen er pudset eller tørret
- når hænderne er snavsede



Bløde hænder, kan du få ved at:

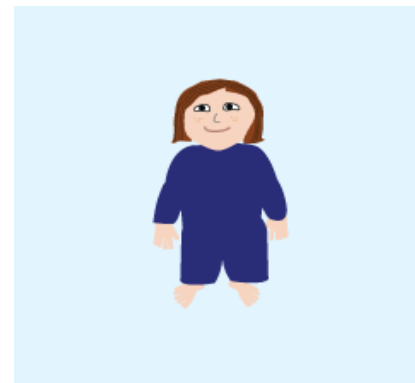
- bruge en hensigtsmæssig sæbe
 - ingen parfume, ingen desinfektionsmidler og ingen farvestoffer
- skylle hænderne grundigt
- duppe hænderne tørre i et blødt engangshåndklæde af stof eller af papir
- bruge creme efter håndvask et par gange hver dag
 - ingen parfume, ingen desinfektionsmidler og ingen farvestoffer
- bruge creme, hvis huden virker tør



Atju... - host og nys i din albue

De fleste holder sig for munden, når de hoster og nyser. Derved får man masser af smittekim i hånden, og man kan meget let bringe smitte videre.

- Hvis du - og børnene - hoster og nyser ind i albuen i stedet, så mindskes spredning af smitstoffer.



Næsepudsning -en hyppig smittekilde

Du kan:

- vaske hænder efter næsepudsning
- både efter at have pudset egen næse og efter at have pudset børnenes næse
- smide papirlommetørklæder i en pedalspand med plasticpose i



Puslepladsen er væsentlig

Det er bedst, at håndvasken er i nærheden.

Det er godt at:

- bruge engangs-papirunderlag – eller underlag af stof, som kun bruges én gang
- vaske pusleunderlaget med vand og sæbe
- kontakte den kommunale sundhedstjeneste for at få råd fra sundhedsplejerske eller læge, hvis mange er syge (fx af diarré)

Håndtering af håndklæder og vaskeklude

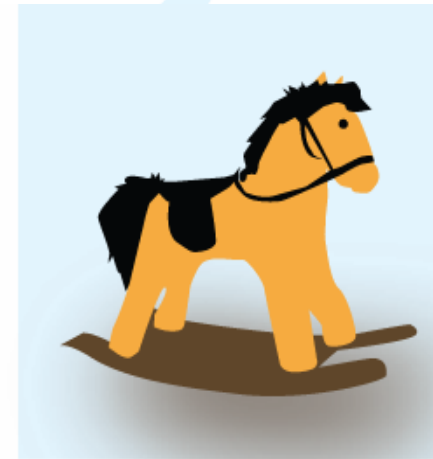
- hvert barn har eget håndklæde, det vaskes hver dag ved mindst 60 grader
 - håndklæderne må ikke røre hinanden, når de hænger
- efter håndvask tørres hænderne i bløde engangshåndklæder, enten papir, der smides ud efter brug, eller stof, der vaskes efter hver gang
- engangsvaskeklude er nyttige
- det er en hjælp med gode rutiner for ture og legesteder
 - man kan fx bruge våde engangsvaskeklude i en plastikpose



Legetøjet – kan du gøre noget?

Ja, du kan:

- vaske bløde, sugende ting
 - komme legoklodser mv. i net i vaskemaskine på 40 grader
 - vaske legetøj, der ikke kan komme i vaskemaskine, i hånden
- minimum én gang hver måned



Målrettet rengøring, du kan...

- tænke over, hvor de små barnefinger især sætter sig og være særlig omhyggelig der
- gøre pusleplads og toilet rent mindst én gang om dagen
- gøre hyppigere rent, hvis børnene er syge
- sammen med dine kolleger have helt styr på, hvem der har ansvaret for rengøringen i legestuen



Hvornår er barnet parat til at komme i dagplejen igen?

- når barnet er ovenpå, rask og upåvirket (dvs. ikke har feber eller andre symptomer)
- når barnet kan følge med i aktiviteterne uden besvær
- når barnet ikke stiller større krav til omsorg end almindeligt
- når barnet ikke smitter mere

det er godt for barnet at være hjemme for at komme sig oven på sygdommen

Er du "klædt godt på"?

- Bruger du en overdel, som kan vaskes ved 60 grader?
- Skifter du overdel hver dag?
- Bruger du engangsforklæde ved diarré og opkast?
- Undlader du at bruge armbåndsur, fingerringe og smykker?
- Lader du være med at have bluse eller kjole på med helt lange ærmer, når du er indendørs?



Spar på infektionerne!

- god håndhygiejne kan sandsynligvis forhindre ca. 30 % af de almindelige infektionssygdomme
- god håndhygiejne er navnlig til gavn for de mindste børn
- beregninger har vist, at infektionssygdomme i dagtilbud koster samfundet mindst 500 millioner kr. om året

