



Till dig som är vårdnadshavare till ett litet barn

Skydda ditt spädbarn mot luftvägsinfektioner som RS-virus och kikhosta

Spädbarn (barn under 1 år) kan bli allvarligt sjuka av vissa virus och bakterier. De allra yngsta barnen är mest känsliga. Här är några råd för att skydda spädbarn mot smitta som sprids genom luften.

Träffa bara friska personer

De personer som träffar spädbarnet ska vara friska. Undvik att träffa personer utanför familjen som har hosta eller snuva. Det är också viktigt att alla som tar hand om och träffar barnet är noga med handhygien, det vill säga tvättar händerna med tvål och vatten eller använder handdesinfektion (handsprit).

Om det går, undvik att barnet vistas länge i inomhusmiljöer där många människor umgås tätt tillsammans under hösten och vintern. Då är det ofta större spridning av virus i samhället.

Amma om det är möjligt, eftersom amning minskar risken för luftvägsinfektioner. Undvik att utsätta barnet för tobaksrök.

RS-virus – vaccin finns inte för barn men vissa kan få förebyggande medicin

Ett virus som kan bli allvarligt för spädbarn är RS-viruset. Det finns främst under hösten och vintern. Barnet kan få feber, andningsbesvär och ibland svårt att orka äta. Varje år behöver många barn sjukhusvård för problem med andning och mat på grund av RS-virus.

Det finns ännu inget vaccin mot RS-virus för barn. Men spädbarn med mycket hög risk för att bli allvarligt sjuka kan få förebyggande medicin under virussäsongen. Det finns nationella rekommendationer om vilka barn det gäller.

Kikhosta – vaccin finns för gravida och spädbarn

Kikhostebakterien sprids oftast under sensommaren och hösten och kan vara en allvarlig sjukdom för spädbarn. Långvarig hosta, allvarliga andningsbesvär och svårighet att äta kan göra att barn behöver vård på sjukhus.

Om du är gravid rekommenderas du att vaccinera dig mot kikhosta för att skydda dig själv och spädbarnet mot sjukdomen. När barnet är 3 månader erbjuds det vaccination mot kikhosta hos barnvårdscentralen, BVC.

Vaccinationer hos BVC är gratis och frivilliga

Alla barn erbjuds skydd mot flera allvarliga sjukdomar genom vaccinationer hos BVC. De vaccinationer som ingår i det svenska barnvaccinationsprogrammet är gratis och frivilliga. Den första vaccinationen skyddar mot magsjuka och ges som droppar i munnen när barnet är 6 veckor.

För att ditt barn ska må bra är det viktigt att följa råden nedan, även om barnet är vaccinerat.

Skydda ditt spädbarn mot smitta

- Träffa bara personer som är friska.
- Alla som träffar barnet ska tvätta händerna med tvål och vatten eller använda handdesinfektion.
- Undvik att låta barnet vistas länge i inomhusmiljöer med många människor under hösten och vintern.
- Vaccinera ditt barn med de vaccin som erbjuds på BVC.

Har du frågor?

Du är alltid välkommen att kontakta din barnvårdscentral, BVC, om du har frågor. Du kan också läsa mer här:

- [1177.se](https://www.1177.se)
- [Folkhälsomyndigheten.se](https://www.folkhalsomyndigheten.se)