



Adobe Stock

Opas vanhemmille lasten yleisimmistä tartuntataudeista

Vanhemmalle

Tästä oppaasta saat tietoa lasten yleisimmistä tartuntataudeista ja ohjeita miten hoidat lastasi kotona sekä siitä, milloin terveydenhuollon ammattihenkilön arvio on tarpeellinen. Lisäksi saat tietoa siitä, milloin lapsi on tarpeeksi terve palatakseen päivähoitoon.



Adobe Stock

Terveydenhoitajan ja neuvolan yhteystiedot

Terveydenhoitaja: _____

Neuvolan puhelinnumero: _____

Yleisimmät lasten tartuntataudit

Flunssa on lasten yleisin äkillinen tartuntatauti. Pienet lapset sairastavat niitä vuosittain noin 4-8 kertaa, isommat hieman vähemmän. Flunssa tarttuu pisara- tai kosketustartuntana. Useat eri virukset aiheuttavat flunssaa ja lapsella voi esiintyä samaan aikaan kahta tai useampaa virusta. On tavallista, että lapsi sairastuu uudelleen virusinfektioon ennen kuin on täysin parantunut edellisestä flunssasta.

Tyypillisiä flunssan oireita ovat kurkkukipu, päänsärky, väsymys, yskä, nenän tukkoisuus ja vuotaminen. Pienillä lapsilla flunssan yhteydessä esiintyy usein korkeaa kuumetta, isommilla flunssa voi olla kuumeeton tai nostaa vain pientä lämpöilyä. Vauvat voivat olla ärtyisiä tai syödä huonosti ja heillä saattaa esiintyä myös ripulia tai oksentelua. Flunssa oireilee 1-2 viikkoa. Anna lapsellesi runsaasti juotavaa. Tärkeää on myös riittävä lepo ja tarvittaessa kuume- ja kipulääkkeet, joista ensisijaisena lapselle on parasetamoli painon mukaisesti annosteltuna. Tärkeää flunssan ehkäisyssä on hyvä käsihygienia. Flunssan jälkitautina voi ilmetä esimerkiksi korvatulehdusta ja keuhkokuumetta.

Silmätulehdus on hyvin yleinen tartuntatauti lapsilla flunssan yhteydessä. Se on useimmiten bakteerin aiheuttama. Tyypillisiä oireita ovat silmien punoitus, räghminen, kirvely ja turvotus. Puhdista lapsesi silmät huolellisesti ennen silmiin laitettavaa antibioottitippaa.

Influenssa on tavallista flunssaa huomattavasti vaikeampi tauti. Varsinkin alle 3-vuotiailla on suurempi riski saada liitännäis- ja jälkitauteja kuten korvatulehdus, keuhkokuume ja keuhkoputkentulehdus. Sen vuoksi puolen vuoden iästä eteenpäin, aina kolmevuotiaaseen saakka on mahdollista saada maksuton influenssarokotus vuosittain. Myös yli 3-vuotias, riskiryhmään kuuluva lapsi, voi saada maksuttoman influenssarokotteen. Flunssaoireiden lisäksi influenssan tyypillisiä oireita ovat lihaskivut ja jopa viikon kestävä korkea kuume.

Kurkunpätulehdus alkaa tavanomaisesti yöaikaan ja sen oireita ovat kuiva ja haukkuva yskä, käheä ääni, kuume ja sisäänhengityksen vaikeus. Tautiin sairastutaan tyypillisesti 6kk-3v iässä. Voit helpottaa lapsesi vointia kotona viileällä ilmalla ja pystyasennolla. Höyryhengityksestä ei katsota olevan apua. Mikäli sisäänhengitys vaikeutuu huomattavasti, ota yhteyttä päivystykseen.

Keuhkoputkentulehduksen aiheuttaja lapsilla on yleensä virus. Tauti on yleinen neuvolaikäisillä lapsilla. Keuhkoputkentulehduksessa limakalvot tulehtuvat ja ahtautuvat. Lapsella voi olla vaikeutunutta uloshengitystä, kuivaa yskää, kuumetta ja rohinaa keuhkoissa.

Lievää keuhkoputken tulehdusta voidaan hoitaa kotona, mutta oireiden pahentuessa tai lapsen kärsiessä hengitysvaikeuksista tulee lapsi viedä lääkäriin. Voit yrittää helpottaa lapsen yskää kotikonstein ja ohjeita tähän löydät tämän oppaan kotihoito-osioista. Aiemmin hoitokeinona on käytetty myös höyryhengitystä ja ilman viilentämistä, mutta nykytutkimusten mukaan näistä ei välttämättä ole suurta hyötyä.

Nielutulehduksen aiheuttaa virus tai streptokokkibakteeri. Sen oireita ovat voimakas kurkkukipu ja äkillisesti nouseva kuume. Mikäli nielutulehdus on viruksen aiheuttama, näiden oireiden lisäksi esiintyy yleensä yskää ja nuhaa. Bakteerin aiheuttamassa nielutulehduksessa eli angiinassa nielurisat ovat turvonneet ja niissä on vaaleita peitteitä. Angiinaa hoidetaan antibiootilla. Viruksen aiheuttamaan nielutulehdukseen ei auta antibiootti, vaan se hoidetaan kuume- ja kipulääkkeillä.

Vauvarokko on hyvin tavallinen lastentauti, lähes jokainen lapsi sairastuu siihen ennen kolmatta ikävuotta. Vauvarokko tunnetaan myös nimellä kolmen päivän kuume. Sen aiheuttaa virus. Tavallinen taudin oire on 3-4 päivää kestävä korkea, 39-40 asteinen kuume. Tautiin voi liittyä myös vatsa- ja hengitystieoireita. Kuume laskee yleensä nopeasti ja sen yhteydessä voi esiintyä vaihtelevaa ihottumaa, joka ei kutise. Anna lapsellesi riittävästi nesteitä ja kuumelääkettä.

Vesirokko on tähän asti ollut hyvin yleinen lastentauti ja suurin osa ihmisistä on sairastanut sen ennen aikuisikää. Syyskuun 2017 alusta asti vesirokkorokote on osa kansallista rokotusohjelmaa ja sen myötä vesirokon sairastaminen tulee vähenemään huomattavasti. Vesirokon oireita ovat kuume ja sen yhteydessä iholle nousevat rakkulat, joita esiintyy koko vartalolla. Rakkulat kutisevat voimakkaasti. Vesirokkoa hoidetaan kuume- ja kipulääkkeillä ja kutinaa voi lievittää viileällä suihkulla, iholle laitettavalla mentolispriilla ja antihistamiinilla. Anna lapselle riittävästi nesteitä.

Enterorokkoa aiheuttaa enterovirus. Tauti tunnetaan myös suu- ja sorkkatautina. Lapsen iholla on koholla olevia punaisia näppylöitä, jotka eivät kutise. Niitä on enimmäkseen jaloissa ja käsissä

sekä suussa. Tauti on yleensä lieväoireinen, mutta toisinaan siihen liittyy kivulias suutulehdus, jolloin syöminen voi olla vaikeaa. Tällöin lapsen voi olla helpompi syödä nestemäistä ruokaa. Lapsella voi olla myös lievää kuumeilua. Anna lapsellesi riittävästi juotavaa ja tarvittaessa kuume- ja kipulääkettä.

Parvorokko on neuvolaikäisillä lapsilla useimmiten lievästi oireileva viruksen aiheuttama tauti. Sen oireita ovat päänsärky, lievät flunssaoireet ja matala kuume. Ihottumavaihe alkaa noin viikko ensioireiden jälkeen. Tyypillistä on kuumottava, symmetrinen punoitus poskilla. Ihottuma ei arista. Poskien punoitusvaiheen jälkeen muualle vartalolle ja raajoihin ilmestyy ihottumaa. Vartalon ihottuma voi kestää useita viikkoja. Voit antaa lapsellesi tarvittaessa kuumelääkettä. Muista nesteytys.

Märkärupi on ihon pinnallinen bakteerin aiheuttama tulehdus ja se tarttuu herkästi kosketuksen kautta. Märkärupun tunnistaa ruvista ja rakkuloista, joihin voi liittyä kutinaa. Muita oireita ei yleensä ole. Märkärupea hoidetaan paikallisilla lääkevalmisteilla tai suun kautta annettavalla antibiootilla.

Ontelosyyllät tunnetaan myös nimellä molluskat.

Niitä aiheuttaa virus ja ne ovat alle 0,5 cm kokoisia, ihon värisiä ja kivuttomia näppylöitä. Tartunta voi tapahtua joko kosketuksen kautta tai välillisesti esimerkiksi uima-altaan veden kautta.

Paranemisvaiheessa ontelosyyllän ympärille voi tulla aristusta ja punoitusta. Molluskat ovat merkki normaalista elimistön puolustusreaktiosta. Niitä ei tarvitse hoitaa, sillä ne katoavat itsestään ajan myötä ja poiston jälkeen uusiutuvat herkästi.

Kihomadot ovat lapsilla yleinen ja harmiton, joskin kiusallinen vaiva. Ne ovat väriltään valkoisia ja noin 2-12 mm pitkiä. Kihomadon muna päätyy elimistöön yleensä käsien välityksellä suun kautta. Kynsien pureskelu altistaa kihomatotartunnalle. Käsien pesusta huolimatta kihomadot tarttuvat helposti. Kihomadot aiheuttavat voimakasta kutinaa peräaukon suulla, pahimmillaan kutina on yö- ja aamuaikaan. Vaiva hoidetaan apteekista ilman reseptiä saatavalla suun kautta annettavalla lääkkeellä ja hoito uusitaan muutaman viikon kuluttua. Koko perhe hoidetaan. Lisäksi tulee pestä tekstiilit, lelut ja vaatteet sekä suorittaa perusteellinen yleissiivous. Kerro päiväkodissa kihomatotartunnasta, jotta leviäminen voidaan ehkäistä.

Päättäit tarvitsevat eläkkeeseen ihmisen verta eivätkä ne säily vuorokautta pidempään päänahan ulkopuolella. Täiden puremat voivat tulehtua ja niistä aiheutuu kutinaa. Täi on 2-4 mm kokoinen. Tain vaaleat munat ovat silminnähtäviä ja ne kiinnittyvät hiusuureen. Täi voi siirtyä lapsesta toiseen hyppäämällä esimerkiksi lähikontaktissa. Tain munat voivat tartuttaa useita päiviä ja sen vuoksi tartunta on mahdollista saada myös esimerkiksi päähineistä tai hiusharjoista. Täitartunta on mahdollinen hyvästä hygieniasta huolimatta.

Voitte hoitaa täit täishampoolla, hoito on uusittava noin viikon kuluttua munien hävittämiseksi. Käyttämällä täikampaa voitte tukea hoidon onnistumista. Kutinaa voi esiintyä vielä hoidon jälkeen ja sitä voidaan hoitaa esimerkiksi antihistamiinilla. Koko perhe tulee hoitaa. Päähineet ja tekstiilit tulee pestä riittävän korkeassa lämpötilassa (60 astetta). Lelut voi laittaa talvella pakkaseen tai kuumentaa muutaman tunnin ajan saunassa.



Kotihoito-ohjeet

Kuume on merkki elimistön tulehdusreaktiosta eikä itsessään ole vaarallista. Sitä voi aiheuttaa virus- tai bakteeritulehdukset. Myös rokottamisen jälkeen voi esiintyä kuumeilua, mikä paranee muutamassa päivässä. Kuumeesta puhutaan, kun ruumiin lämpö ylittää 38 astetta. Huomioi, että iltapäiväaikaan ja rasituksen jälkeen lapsen ruumiinlämpö on korkeampi.

Jos lapsen yleisvointi on hyvä, yli kolme päivää kestänyt kuume ei ole vielä syy viedä lasta lääkäriin. Kuumetta hoidetaan kotona antamalla lapselle riittävästi juotavaa, huolehtimalla lapsen levosta sekä viilentämällä lasta esimerkiksi vähentämällä vaatetusta. Kuume- ja kipulääkkeillä on kuumeisen lapsen yleisvointiin myönteinen vaikutus. Niiden antaminen ei hidasta paranemista tai vaikuta lapsen vastustuskykyyn heikentävästi. Ensisijaisesti lapselle annetaan parasetamolia (Panadol®). Lisäksi voidaan käyttää tulehduskipulääkkeitä kuten ibuprofeinia (Burana®) ja naprokseenia (Pronaxen®). Lääke laskee lapsen kuumetta noin 1.5 astetta ja vaikuttaa muutaman tunnin ajan. Kuume- ja kipulääkkeet annostellaan painon mukaan.

Asetyylisalisyylihappoa **ei** tule antaa lapselle maksavaurioriskin vuoksi.

Yskä ei ole varsinainen tartuntatauti, vaan tyypillinen flunssaan ja muihin hengitystietulehduksiin liittyvä oire. Yskänlääkettä voi kokeilla, mutta siitä ei katsota olevan merkittävää hyötyä. Voit antaa yli 1-vuotiaalle lapsellesi pienen määrän hunajaa ennen nukkumaan menoa yskän oireita helpottamaan. Alle 1-vuotiaalle ei suositella hunajaa botulismiriskin vuoksi. Pystyasento voi vähentää lapsen yskän oireita joten voit esimerkiksi kohottaa lapsen sängynpäätä.

Kuumekouristus johtuu äkillisesti nousseesta tai korkeasta kuumeesta. Vaikka kohtaaminen voi näyttää rajulta, kuumekouristus on kuitenkin vaaraton lapselle eikä se haittaa lapsen kehitystä. Kuumekouristusta ei voi täysin ehkäistä, mutta kuumeen noustessa lapselle on hyvä antaa kuumelääkettä riittävän ajoissa etenkin, jos lapsella on taipumusta kuumekouristuksiin. Jos kuumekouristus on lapsen ensimmäinen, ota yhteyttä päivystykseen lisäohjeiden saamiseksi.



Ripuli- ja oksennustaudit

Lasten ripuli- ja oksennustaudeista suurin osa on virusten aiheuttamia. Esimerkiksi noro- ja rotavirukset aiheuttavat lapsille hankalia suolisto-oireita. Nämä taudit ovat erittäin herkästi tarttuvia. Niiden tavallisimpia oireita ovat oksentelu, ripulointi ja vatsakivut. Lapsella voi myös olla lämpöä. Oireiden vaikeus ja kesto vaihtelevat. Tyypillinen ripuli- tai oksennustauti kestää muutaman päivän.

Ripuli- ja oksennustauteja voi yrittää ehkäistä hyvällä käsihygienialla pesemällä kädet saippualla ja vedellä sekä kuivaamalla huolellisesti. Käsidesi ei tehoa norovirukseen. Rotavirusrokotteella voidaan ehkäistä yksi yleisimmistä ja hankalimmista lasten suolistoinfektioista.

Ripuli- ja oksennustaudin keskeisin hoito on lapsen nesteensaannin turvaaminen ja kuivumisen ehkäisy. Anna sairastavalle lapselle paljon nesteitä esimerkiksi kiisseliä, maitotuotteita ja laimeita mehuja. Huomioi kuitenkin, ettei neste ole kovin sokeripitoista, sillä se voi pahentaa ripulin oireita. Mikäli vielä imetät lasta, tulee rintamaitoa tarjota tavallista useammin.



Nestehoidon tueksi voit ostaa apteekista tai ruokakaupasta saatavaa ripulijuomaa, mutta muista antaa sen yhteydessä lapsellesi tavallista vettä. Ripulijuomaa kannattaa antaa ohjeen mukaan vähän kerrallaan oksennuksen välttämiseksi. Tarjoa lapselle pieniä määriä helposti syötävää ja sulavaa ruokaa säännöllisin välein. Tällaisia ruokia ovat esimerkiksi erilaiset keitot, marjakiisselit sekä banaani. Maitohappobakteereista voi olla apua taudin keston lyhentämisessä. Lapselle **ei** saa antaa aikuiselle tarkoitettuja ripulilääkkeitä kuten Imodium[®]-valmistetta. Suolistoinfektion yhteydessä esiintyvää lämpöilyä tai kuumetta tulee hoitaa kuume- ja kipulääkkeillä.

Oppaan seuraavalta sivulta saat tietoa siitä, milloin sinun kannattaa viedä lapsi terveydenhuollon arvioon.



Milloin lapsi terveydenhuollon arvioon?

- Lapsi ei jaksa leikkiä tai on poikkeuksellisen väsynyt, lapsen yleiskunto on laskenut
- Vauva ei jaksa imeä rintaa tai on voimaton
- Alle 3kk ikäiselle vauvalle nousee kuume
- Kuumeisen lapsen voimakas päänsärky, korvakipu, vatsakivut ja virtsavaivat
- Hengitysvaikeudet
- Verta ulosteessa
- Mustelmat tai pienet punaiset pisteet (verenpurkaumat) iholla kuumeen aikana
- Kuumeisella lapsella nivelten turvotus tai ontuminen
- Kuumeen syy epäselvä tai kuume on pitkittynyt (yli 7 pvä)
- Toistuvat kuumejaksot alle kuukauden välein ilman muita oireita

- Kuume-kouristus, jos se on lapsen ensimmäinen tai lapsi on kouristuksen jälkeen erityisen huonovointinen tai normaalista poikkeava tai jos kouristus on kestänyt yli 15 minuuttia
- Lapsi on kuivunut ripulin ja/tai oksentelun seurauksena. Merkkejä kuivumisesta ovat mm. levottomuus, silmien painuminen kuopalle, kyynelten puuttuminen itkiessä, janoisuus, kuivat huulet ja kieli sekä painonlasku
- Oksentelun ja ripuloinnin lisääntyminen yleiskunnon laskun yhteydessä



Milloin lapsen voi viedä päivähoidtoon

Flunssa	Lapsen voinnin salliessa mikäli lapsella ei ole muita oireita tarttuvasta taudista.
Kuume	Yksi kuumeeton päivä, hyvä yleisvointi.
Silmätulehdus	Virukset ja bakteerit samoja kuin ylähengitystietulehduksissa, joten lapsen ei tarvitse olla pois hoidosta.
Influenssa	Yksi kuumeeton päivä (kuume kestää yleensä noin viikon), hyvä yleisvointi.
Kurkunpääntulehdus	Yksi kuumeeton päivä, hyvä yleisvointi.
Keuhkoputkentulehdus	Yksi kuumeeton päivä, hyvä yleisvointi.
Nielutulehdus (angiina)	Vuorokausi antibioottihoidon aloituksesta ja kun lapsen vointi sallii. Hammasharjat kannattaa vaihtaa vuorokausi antibioottihoidon aloituksen jälkeen.
Vauvarokko	Yksi kuumeeton päivä, hyvä yleisvointi.
Vesirokko	Kun iholla ei ole enää ehjiä rakkuloita ja ruvet ovat kuivuneet. Hyvä yleisvointi.
Enterorokko	Yksi kuumeeton päivä, hyvä yleisvointi.
Parvorokko	Yksi kuumeeton päivä, hyvä yleisvointi. Lapsi ei tartuta, vaikka hänellä olisi ihottumaa.
Märkärupi	Vuorokausi antibioottihoidon aloituksesta.
Ontelosyyliät	Lapsi voi olla hoidossa.

Kihomadot	Lapsi voi olla hoidossa. Kihomadoista kannattaa kuitenkin kertoa päiväkodin henkilökunnalle.
Päätät	Lapsen voi viedä päiväkotiin hoidon jälkeen. Kerro tartunnasta päiväkodissa.
Oksennus- ja ripulitaudit	Oireiden loputtua ja yleisvoinnin kohennuttua. Noroviruksen ja salmonellan jälkeen poissaoloaika voi olla pidempi.

Tilapäinen hoitovapaa

Kelan ohjeen mukaan vanhempi voi jäädä pois töistä hoitamaan äkillisesti sairastunutta, alle 10-vuotiasta lasta. Työsopimuslakiin perustuva tilapäinen hoitovapaa voi kestää enintään neljä työpäivää. Tilapäisen hoitovapaan perusteella Kela ei maksa etuuksia.



Adobe Stock

Vaasan ammattikorkeakoulu

Maria-Kaisa Lehtonen ja Pinja Muittari

2017

Kuvitus: Adobe Stock