

A blurred photograph of a baby in a white hospital gown, with a thermometer in the foreground. The baby is looking towards the camera with a slightly open mouth. The background is out of focus, showing what appears to be a hospital room.

# Råd när ditt barn har RS-virus

## RS-virus hos barn

En RS-virusinfektion brukar börja som en vanlig förkylning. Nästan alla barn får en infektion med RS-virus under de två första levnadsåren. Oftast är sjukdomen lindrig, men en del barn kan bli allvarligt sjuka.

## Symtom

En infektion med RS-virus påminner om en vanlig förkylning, men varar ofta längre, ibland upp till en månad. Symtom på RS-virus:

- Snuva, ofta segt slem
- Hosta
- Feber
- Irriterade och röda ögon
- Väsande och pipande andning

## Hur smittar RS-virus?

RS-viruset smittar till exempel när en person som är sjuk nyser, hostar eller andas ut. Den som står nära kan då bli smittad. Dropparna faller ner på ytor eller föremål och därifrån kan viruset spridas vidare.

RS-viruset kan överleva flera timmar på till exempel leksaker, handtag och kläder. RS-viruset kan också spridas genom att du tar i hand med någon som är sjuk och som har viruset på sina händer. Viruset kan sedan komma in genom munnen eller näsan om du tar med händerna i ansiktet.

Det tar 3 till 5 dagar från det att barnet smittats med RS-viruset till dess barnet blir sjukt.



## Så kan du skydda ditt barn mot smitta

Var noggrann med din hygien, tvätta händerna med tvål, använd gärna handsprit. Torka bort synlig snuva på barnet och rengör ytor där smitta kan ha spridits.

Var extra noga med att ditt barn inte träffar personer med förkylningssymtom.

Om ditt spädbarn har äldre syskon undvik kompisar inomhus i hemmet.

När det är stor smittspridning, som under hösten 2021, rekommenderar vi att äldre syskon stannar hemma från förskolan några veckor för att minska risken att smitta syskon som är yngre än 6 månader.

## Om ditt barn blir sjukt?

Lättare besvär kan du lindra på samma sätt som en vanlig förkylning:

- **Näsdroppar** i form av koksaltlösning kan göra det lättare för barnet att andas. Ge gärna dropparna i näsan flera gånger per dag och gärna innan måltider. Till barn över ett år kan du använda receptfria näsdroppar men då i högst 10 dagar.

- **Höj huvudändan** på barnets säng med till exempel en extra kudde. Det gör det lättare för barnet att andas eftersom svullnaden i näsans slemhinnor minskar. Barnet kan också sova i bärselle, i ditt knä eller i en babysitter.
- **Ge läkemedel mot feber** om barnet mår dåligt eller om barnet inte orkar äta eller dricka.

Fler råd:

- Ge barnet mat eller amma oftare än vanligt om barnet inte orkar äta så mycket varje gång.
- Ge barnet att dricka oftare då det är viktigt att barnet får tillräckligt med vätska.
- Använd en nässug för att suga ut det seiga slemmet. Nässugen köper du på ett apotek. Ge gärna näsdroppar med koksaltlösning innan eftersom det löser upp det seiga slemmet.
- Tvätta barnets ögon om de är irriterade och kladdiga. Använd gärna en bomullstuss med koksaltlösning eller ljummet vatten.
- Rök inte nära barnet.

## Sök vård

Sök vård om ditt barn inte orkar äta/amma eller får besvärligt att andas.

Ring alltid 1177 för vägledning. Ring 112 om det är livshotande, till exempel vid andningsuppehåll.

Var extra försiktig om ditt barn är för tidigt fött eller har någon allvarlig hjärt- eller lungsjukdom.

Barn- och ungdomsmedicin  
Centralsjukhuset Karlstad  
Oktober 2021 EM, ES