

# GODE RÅD

når barnet ditt har barnemark

## KONTAKT LEGE HVIS BARNET ...

- har kløe rundt endetarmen, men du er usikker på årsaken
- har barnemark og er under 2 år
- ikke blir kvitt barnemarken etter behandlingen

### Foreldrebrosjyre nr. 15

Brosjyren er utgitt av en tverrfaglig forfattergruppe bestående av leger, farmasøyer og helsesøster. Brosjyren er utarbeidet på grunnlag av tilgjengelig litteratur og ressurser på publiseringstidspunktet i samråd med eksterne sakkyndige. Brosjyren må ikke erstatte kontakt med, undersøkelse hos eller behandling av kvalifisert helsepersonell. Du kan bruke den når du snakker med helsepersonell og apotek. Helsepersonell er selv ansvarlig for bruk av brosjyrens innhold i rådgivning eller pasientbehandling.

**Forfattergruppe:** H. Nordeng (farmasøyt, Farmasøytisk institutt, UiO), M. Falck (barnelege, Oslo Universitetssykehus), A.M. Brænd (helsestasjonslege, Institutt for helse og samfunn, UiO), A.D. Midtsund (helsesykepleier, Oslo kommune).

**Gjennomlest av:** Barnelege Lars Krogvold, Barnesenteret, Oslo universitetssykehus, Ullevål.

**Illustratør:** Elisabeth Moseng, Illustratørene.

Revidert utgave oktober 2019. Det kan siteres fra brosjyren dersom kilden oppgis.



Et tegn på barnemark er kløe rundt endetarmsåpningen, men mange merker ingenting.

Barnemark, som også kalles barnemark, er en svært vanlig infeksjon i tykktarmen. Den forekommer hyppigst hos barn i alderen 5-10 år, men er ganske sjelden hos barn yngre enn 2 år. Marken er ca. 1 cm lang, gulhvitt og tynn som en sytråd.

Når barnet ditt har barnemark kan det være plagsomt, men det er heldigvis ufarlig. Ikke alle merker at de er smittet, men kløe rundt endetarmsåpningen om natten er vanlig og kan forstyrre søvnen. Jenter kan også få kløe og svie rundt skjedeåpningen eller ha hyppig eller sviende vannlating. Noen ganger har barna så mye mark at de plages med magesmerter, kvalme og oppkast.

Man kan se etter barnemark rundt endetarmsåpningen. Det gjøres lettest 2-3 timer etter at barnet har lagt seg eller om morgenen før toalettbesøk. Bruk lommelykt. Av og til kan man se barnemark på avføringen.

## HVORDAN SMITTER BARNEMARK?

Eggene til barnemarken er svært motstandsdyktige og kan overleve i opptil 3 uker utenfor kroppen. Smitten skjer ved at egg overføres fra person til person. Dette kan skje ved at barnet klør seg bak og etterpå stikker fingeren i munnen (direkte overføring), eller ved at barnet tar på noe, for eksempel mat, som en annen tar i etterpå (indirekte overføring). Smitte kan også skje gjennom luften, ved toalettbesøk og av- og påkledning.

Etter at eggene er svelget utvikler de seg til barnemark i barnets tarm. Barnemarkene legger så nye egg i endetarmen. Hele syklusen tar ca. 1 måned og gjentar seg hvis ikke barnet blir behandlet.

Alle kan bli smittet. I tillegg til smitte mellom familiemedlemmer er barnehager og skoler vanlige steder for smittespredning.

## BEHANDLING

På apotek finnes to reseptfrie legemidler mot barnemark:

### 1. Vermox (mebendazol)

Vermox er mest brukt og finnes som mikstur og tablett. Det kan brukes av voksne og barn over 1 år. For barn under 2 år må behandlingen skje i samarbeid

med lege. Dosen er 1 tablett eller 5 ml mikstur som må gjentas etter 2 uker.

### 2. Vanquin (pyrvin):

Vanquin finnes som tablett som doseres etter vekt og kan brukes av barn over 10 kg. Barnet får en dose som gjentas etter 2 uker. Vanquin er førstevalget for behandling av gravide.

For begge legemidlene gjelder det at hele husstanden til den som har barnemark behandles samtidig. Kuren må gjentas for å virke på nyutklekket mark og hindre ny infeksjon.

## TILTAK FOR Å HINDRE NY SMITTE

Ekstra god hygiene hos hele familien i 2 uker etter du har startet behandling er svært viktig for å unngå ny smitte:

- Vask hendene grundig og ofte, spesielt etter toalettbesøk, bleieskift og før måltid.
- Hold neglene rene og korte.
- Dusj hver morgen for å fjerne egg som er blitt lagt rundt endetarmsåpningen i løpet av natten.
- Sov i tettsittende truse for å hindre at mark og egg sprer seg. Skift truse og nattøy daglig.
- Vask sengetøy, håndklær, nattøy og undertøy til hele familien både første og andre gang dere tar medisinen.
- Sørg for godt renhold, spesielt av bad og toalett.
- Vask kjæledyr og leker.

## Barnehage/skole

- Gi beskjed til personalet i barnehagen.
- Barnet kan gå på skole/i barnehage dagen etter påbegynt kur.
- Det er ikke anbefalt å behandle alle i barnehagen/skolen.