

Logga  
inHitta  
vård

Meny

[Diarré, förstoppning och blod i avföringen](#)

# Diarré hos barn

## Diarré kan ha olika orsaker

Diarré innebär att barnets bajs är mycket löst och rinnigt. Barnet bajsar flera gånger om dagen och kan även ha svårt att hinna till toaletten. Ibland kan diarré göra att barnet får ont i magen. Barnet kan också känna sig trött, energilös eller illamående.

Diarré luktar ofta annorlunda än vanligt bajs. Oftast går diarrén över inom ett par dagar, men ibland kan det ta upp till ett par veckor.

## Ofta beror det på magsjuka

Det vanligaste är att diarré beror på [en magsjuka som orsakats av virus](#). Då är det vanligt att barnet också mår illa och kräks. Barnet kan också [få feber](#). Magsjukan håller oftast i sig under ett till två dygn. Därefter kan diarréerna fortsätta ytterligare några dagar.

Ibland kan [barn må illa och kräkas](#) efter något som hen har fått i sig genom maten, men det är ovanligt. Då kan barnet få diarré någon dag efteråt.

## Diarré kan smitta

Ibland kan diarré vara smittsamt. Därför är det viktigt att [tvätta händerna](#) noga när man hanterar ett barn som har diarré.

Har barnet löst och rinnigt bajs under en längre tid än två veckor kan det bero på något annat än en magsjuka. Då är diarrén sällan smittsam.

## Andra vanliga orsaker

Det kan finnas andra orsaker till att barnet har löst och rinnigt bajs. Det kan vara olika saker beroende på ålder. Det kan också bero på vad barnet äter.

Barn under ett år som ammas bajsar många gånger om dagen. Bajset kan då ofta vara gult eller grönt i färgen. Löst bajs hos barn mellan sex månader och tre år kan bero på att barnets tarmar inte har mognat färdigt. Med tiden brukar besvären försvinna.

Långvariga besvär med löst och rinnigt bajs kan också bero på att barnet har en överkänslighet eller allergi mot något ämne i maten, som till exempel gluten, laktos eller komjölkprotein. Läs mer om [olika orsaker till att barn får diarré längre ner i den här texten](#).

## Vad kan jag göra själv?

De flesta barn som får diarré kan vårdas hemma. Men det är viktigt att tänka på följande saker:

## Ge barnet dricka - lite och ofta

Barn som har diarré behöver få i sig mer vätska än vanligt. Ge därför barnet något att dricka, gärna så snart barnet har fått diarré. Det gäller särskilt om barnet också kräks.

Låt barnet dricka ofta och lite i taget. Du kan ge barnet vätska med en tesked om barnet har svårt att dricka själv. Ett barn som har kraftiga diarréer kan behöva [få vätskeersättning](#). Vätskeersättningen hjälper till att återställa [kroppens vätskebalans](#).

I texten [magsjuka hos små barn](#) finns fler råd för barn upp till sex år. De kan hjälpa även om barnet har diarré utan att ha magsjuka.

Barn över sex år kan följa samma råd som [vuxna som har magsjuka](#).

## Undvik fullkornsvälling och lightdryck

Vad barnet kan äta beror på varför barnet har diarré. Oftast går det bra att ge vanlig mat, om barnet är över ett år och diarrén inte är kraftig. Oftast går det bra att ge barnet sådant som hen tycker om.

Tänk på följande när du ger barnet mat:

- Ge barnet små mängder mat åt gången.
- Prova att ge barnet blåbärssoppa eller morotssoppa. De har en stoppande effekt på diarréer. Morotssoppa kan du göra själv genom att blanda morotspuré och vatten.
- Blanda gärna i lite extra fett i maten.
- Undvik att ge barnet fullkornsvälling. Det kan göra att barnet får mer diarré.
- Undvik att ge barnet light-drycker, eftersom de kan ge mer diarré.

Du kan läsa mer om bra mat för barn i texterna [Barnets mat upp till ett år](#) och [Barnets mat 1–6 år](#).

## Smörj och lufta huden

Det lösa bajset kan göra huden i rumpan röd och irriterad. För att undvika det kan du göra följande:

- Byt blöja direkt efter att barnet har bajsat.
- Låt barnet få vara utan blöja eller underkläder när det är möjligt, så att huden luftas.
- Smörj huden med en fet salva.

## Undvik att ge stoppande läkemedel

Det finns receptfria läkemedel som stoppar upp diarré som kan användas om det är nödvändigt, till exempel vid en flygresa. De kan tas av vuxna och barn över 12 år. Barn under 12 år ska inte använda sådana läkemedel alls.

Det som händer när man får diarré är bland annat att tarmarna arbetar snabbare och ger ifrån sig mer vätska. Då förs innehållet i tarmen snabbare vidare, vilket hjälper kroppen att göra sig av med det som har orsakat diarrén. Därför ska man undvika att ge läkemedel som stoppar diarrén, annat än i undantagsfall.

Medicinskt kol har ingen effekt vid diarré.

## När och var ska jag söka vård?

De allra flesta barn som har diarré på grund av en magsjuka behöver inte söka vård eftersom besvären brukar gå över av sig själv.

Kontakta en [vårdcentral](#) eller ring telefonnummer 1177 för [sjukvårdsrådgivning](#) om något av följande stämmer in på barnet:

- Du är osäker på om barnet får i sig tillräckligt med vätska.

- Barnet har kraftig diarré och är yngre än två månader.
- Barnet har rikliga eller vattentunna diarréer i några dagar, utan att diarréerna avtar.
- Det finns blod i bajset.
- Bajset fortsätter att vara löst i mer än två veckor efter en magsjuka.

## Om det är bråttom

Kontakta genast en [vårdcentral](#) eller en [jouröppen mottagning](#) om barnet har diarré, och en eller flera av följande punkter nedan stämmer in på barnet:

- Barnet kan inte få i sig tillräckligt med vätska, eller kissar mycket mindre än vanligt.
- Barnet är under ett år och skriker på ett sätt hen inte brukar.
- Barnet är trött, orkar inte leka och är ointresserad av omgivningen.
- Barnet har hög feber och verkar mycket sjukt.
- Barnet har mycket ont i magen, och det lättar inte efter att hen bajsat.

Om det är stängt på vårdcentralen eller den jouröppna mottagningen, sök vård på en akutmottagning.

## Hur länge ska barn stanna hemma?

Det är viktigt att alla med symtom stannar hemma för att undvika att smitta sprids.

Barn som går på förskola eller familjedaghem kan komma tillbaka när de äter som vanligt och det har gått två dygn utan att de har haft diarré eller kräkts, om diarrén beror på magsjuka.

Barn som går i skolan ska stanna hemma i minst ett dygn efter att de har blivit friska.

Hur länge barnet ska vara hemma beror på barnets ålder och mognad. Risken att smitta minskar om barnet kan ta hand om sin egen hygien, till exempel gå på toaletten själv och tvätta händerna efteråt. Det är därför rekommendationerna skiljer sig åt.

## Andra i samma hushåll

Personer i samma hushåll som är friska behöver inte stanna hemma. Men det är viktigt att [tvätta händerna](#) noga och att gå hem direkt vid symtom.

## Undersökningar och utredningar

Först får du och barnet oftast träffa en sjuksköterska för en inledande undersökning. Sjuksköterskan väger och mäter barnet. Ni får också svara på frågor som exempelvis följande:

- Hur länge har barnet haft diarré?
- Hur mycket vätska barnet har fått i sig?
- När kissade barnet sist?
- Har barnet några andra symtom eller besvär?

Sedan blir barnet undersökt av en läkare. Läkaren mäter [barnets puls](#) och lyssnar på barnets hjärta och lungor. Läkaren brukar även undersöka barnets slemhinnor i munnen.

Ibland kan barnet behöva lämna [blodprov](#) och [urinprov](#).

## Fler undersökningar kan behövas

Läkaren kan vilja att barnet lämnar [avföringsprov](#) och fler blodprover. Ibland kan barnets mage och tarm behöva undersökas med [ultraljud](#) eller [röntgen](#).

## Vad kan det bero på?

Det finns många orsaker till att ett barn får diarré.

### Infektion som beror på virus

När diarrén beror på [magsjuka](#) brukar barnet samtidigt må illa och kräkas. Illamåendet och kräkningarna brukar gå över efter några dygn, men diarrén kan fortsätta i en vecka.

Oftast beror magsjuka på calicivirus. Magsjukan kallas då för [vinterkräksjuka](#). Vanliga [förkylningsvirus](#) kan också orsaka besvär som vid magsjuka.

Ett annat virus som kan orsaka magsjuka är rotavirus. Det är den vanligaste orsaken till magsjuka hos barn mellan sex månader och två år. Alla barn i Sverige erbjuds [vaccin mot rotavirus](#).

### Andra infektioner

Barn kan ibland få diarré av infektioner i andra delar av kroppen som till exempel en [urinvägsinfektion](#).

### Småbarnsdiarré

Det är vanligt att barn mellan sex månader och tre år ibland har diarré, som håller i sig i två veckor eller längre. Bajset kan också innehålla hela rester av frukter och grönsaker, vilket ofta beror på att barnet inte har tuggat ordentligt. Barnet mår ändå bra och växer som hen ska.

Den här typen av diarré kallas för småbarnsdiarré. Diarrén brukar ofta gå över när barnet är mellan två och tre år.

Småbarnsdiarré smittar inte. Det kan vara bra att berätta för personalen på barnets förskola att barnet har småbarnsdiarré, och att det inte smittar.

### Överkänslighet mot ett ämne som finns i maten

Diarré som inte går över kan vara ett tecken på att barnet har en [överkänslighet mot ett ämne som finns i maten](#). Ibland har barnet också andra symtom, som ont i magen och eksem.

Barnet kan till exempel reagera mot något av följande ämnen:

- Gluten i mjöl, så kallad [celiaki eller glutenintolerans](#).
- Laktos i mjölk, så kallad [laktosintolerans](#).
- Protein i komjölk, så kallad [komjölksallergi](#).

### Antibiotika

Att behandlas med [antibiotika](#) kan göra att barnet får diarré. Det beror på att antibiotika även tar bort nyttiga bakterier som finns i tarmen.

Diarrén går oftast över två veckor efter att behandlingen avslutats.

### Bakterier som bildar gift i maten

Det är inte så vanligt, men det finns också bakterier som kan bilda gift i mat. Barnet kan då få magsjuka av bakteriens gift, så kallad matförgiftning. Du kan läsa om bakterier och matförgiftning i texten om [magsjuka – diarré och kräkningar](#).

Diarré kan också bero på att barnet [ätit något giftigt](#).

### Ovanliga orsaker till diarré

Barn kan få diarré av andra, mer ovanliga orsaker. Det kan till exempel vara följande:

- Bakterierna campylobacter eller [salmonella](#), som kan finnas i viss mat.
- En parasit som heter giardia, som kan finnas i förorenat vatten. Den kan finnas i vattnet eller på frukt och grönsaker som inte sköljs ordentligt. Det är mycket ovanligt att smittas av Giardia eller andra parasiter i Sverige.
- Sjukdomen [cystisk fibros](#). Bajset är då ofta fettglänsande och svårt att spola ner. Barnet växer inte heller som hen ska.
- Inflammatorisk tarmsjukdom, som [Crohns sjukdom](#) eller [ulcerös kolit](#). Andra symtom är att barnet har blod och slem i bajset, ont i magen och kanske inte växer som hen ska. Det är ovanligt att barn under tio år får inflammatorisk tarmsjukdom.

## Behandling

De flesta diarréer som beror på virus går över av sig själv. Vård behövs sällan, så länge barnet dricker tillräckligt. Ibland, men det är ovanligt, kan magsjukan bero på bakterier eller parasiter. Då kan barnet behöva behandlas med [antibiotika](#).

## Om diarrén beror på överkänslighet

Ibland beror besvären på att barnet är överkänslig mot ett ämne som finns i maten, ett så kallat födoämne. Behandlingen består då av att barnet får sluta äta eller dricka det ämnet som hen är överkänslig mot, till exempel mjöl eller mjölk.

För att få råd och tips kan ni få träffa en dietist eller sjuksköterska.

## Påverka och delta i vården

Ni kan söka vård på [vilken vårdcentral eller öppen specialistmottagning ni vill](#) i hela landet. För att kunna vara delaktig i vården och behandlingen är det viktigt att [ni förstår informationen ni får av vårdpersonalen](#). Ställ frågor om ni inte förstår.

Ni har möjlighet att få hjälp av en [tolk om ni inte pratar svenska](#). Ni har också möjlighet att få hjälp av en [tolk om du eller barnet har en hörselnedsättning](#).

Även barn ska vara delaktiga i sin vård. Ju äldre barnet är desto viktigare är det. Här kan du läsa mer om [barns rättigheter i vården](#).

Senast uppdaterad:

2022-03-01

Redaktör:

Jenny Magnusson Österberg, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Petter Malmberg, barnläkare, specialist i mag- och tarmsjukdomar, Sachsska barn- och ungdomssjukhuset, Stockholm

## 1177 – tryggt om din hälsa och vård

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. 1177 ger dig råd när du vill må bättre.

## 1177 på flera språk

I

## Om 1177

I

## Kontakt

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).