

Nyhet

2025-11-11

Feberfrossa på jobbet okej enligt var femte svensk

Rinnande näsor, halsont och feberfrossa är något som hör novembervardagen till – och enligt en ny undersökning kan svenskarnas sjukdomsvett- och etikett vara en bidragande orsak. Hela 37 procent av svenskarna anser att det är okej att gå till jobbet om man är hängig, förkyld, snorig eller hostar. Nära var femte svensk tycker också att man kan gå till jobbet om man har feber.

Undersökningen gjord av Verian, på uppdrag av Apotek Hjärtat, visar också att majoriteten svenskar accepterar att personer kommer till jobbet eller skolan med hosta, rossliga halsar eller snörvel.

– Vår undersökning visar att de vanor och beteenden som kanske uppstod under covid 19-pandemin kan ses vara utdaterade. Idag finns det en högre acceptans för att vara på jobbet eller i skolan trots att man är sjuk, säger Annika Svedberg, chefsapotekare på Apotek Hjärtat.

Enligt chefsapotekaren är det mest effektiva sättet att stoppa smittspridning att stanna hemma om man känner sig sjuk. Det är också viktigt för att man själv får vila och återhämta sig.

Många föräldrar accepterar förkylda barn i skolan

I undersökningen framkommer det också att nära varannan förälder med hemmavarande barn (46 procent) anser att det är okej att barn som är lite hängiga, förkylda eller snoriga får gå till förskolan eller skolan. Hos 1177 och Folkhälsomyndigheten finns rekommendationer för när barn bör stanna hemma.

– Ibland kanske det är svårt att avgöra hur sjuka ens barn är. Minsta symtom på förkylning innebär inte alltid att de behöver stanna hemma, men vid feber eller om ens barn har ont i huvudet eller upplevs så trötta, orkeslösa eller hostiga att de inte orkar med lek och aktiviteter så som de normalt sett gör så bör de stanna hemma, säger Annika Svedberg.

5 tips från Apotek Hjärtat – så håller du förkylningen på avstånd

Förutom att stanna hemma när förkylningen är som värst, finns det några tips på hur du kan skydda dig själv och andra från smitta.

- Tvätta händerna ofta. Använd tvål och vatten i minst 20 sekunder för att effektivt förhindra spridning av virus.
- Ha handdesinfektion nära till hands. Använd alkoholbaserad handdesinfektion när tvål och vatten inte finns tillgängligt.
- Försök att hålla avstånd om du eller någon i din närhet är sjuk. Skippa handskakningar och kramar.
- Nys och hosta alltid i armvecket.
- Undvik att dela handduk med en sjuk familjemedlem.

Svenskarnas sjukdomsvett- och etikett i korthet:

- 37 procent anser att det är okej att gå till jobbet/skolan när man är hängig, förkyld, hostar och/eller är snorig.
- 18 procent anser att det är okej att gå till jobbet/skolan om man har feber så länge den inte överstiger 38 grader.
- 46 procent av föräldrar med hemmavarande barn anser att det är okej att barn som är lite hängiga, förkylda och/eller snoriga går till förskolan/skolan.
- 56 procent irriterar sig lite eller inte alls på personer som kommer till jobbet/skolan trots att de har halsont och/eller en mindre förkylning.
- 55 procent irriterar sig lite eller inte alls på personer som hostar i offentliga miljöer.

Om undersökningen

Undersökningen har genomförts av Verian på uppdrag av Apotek Hjärtat. Den bygger på 4 285 intervjuer med den svenska allmänheten 18–84 år. Datainsamlingen genomfördes av Verian i den slumpmässigt rekryterade Sifopanelen mellan 1 juli och 17 juli 2025.

För mer information

ICA Gruppens presstjänst, telefon: +46 (0)10 422 52 52, e-post: press@ica.se
apotekhjartat.se, icagruppen.se

Med över 400 apotek runt om i landet, en stadigt växande e-handel och en omsättning på cirka 21 miljarder kronor är Apotek Hjärtat Sveriges ledande apotekskedja. Apotek Hjärtat vill ge varje kund bättre hälsa och större välbefinnande genom ett personligt bemötande, ett brett sortiment och relevanta hälsotjänster. Apotek Hjärtat är en del av ICA Gruppen. För mer information, se icagruppen.se och apotekhjartat.se.