

## Informasjon om smittsam hjernehinnebetennelse

### Kva er smittsam hjernehinnebetennelse(meningokokksjukdom)?

Sjukdomen kjem av meningokokkbakteriar og smitter via spytt. Dei vanlegaste sjukdomsframkallande meningokokkbakteriane heiter A, C, W, Y og B. Friske personar kan ha meningokokkar i halsen utan å bli sjuke, men dei kan smitte andre. Hos enkelte smitta kan bakteriane finne vegen til hinnene rundt hjernen og gje hjernehinnebetennelse. Andre gonger kan bakteriane formeire seg i blodet (blodforgifting) og skade viktige organ. Sjukdomen utvikler seg ofte raskt, og om lag 10 % av dei som får han, døyr.



ILLUSTRASJONSFOTO: COLOURBOX

### Kvifor er ungdom spesielt utsett?

Friske ungdomar har oftare meningokokkar i halsen enn andre. I tillegg deltek dei i aktivitetar som aukar risikoen for smitte og for å bli alvorleg sjuke. Slike aktivitetar er til dømes tett samvær med andre ungdommar over fleire dagar, festing, høgt alkoholforbruk, deling av flasker og sigarettar, aktiv eller passiv røyking og lite søvn. I Noreg gjeld dette spesielt russefeiring, men kan òg vere aktuelt ved festivalar, idrettssamlingar, ungdomsleir o.l.

### Korleis kan ein verne seg?

Risikoen for å utvikle meningokokksjukdom er lågare dersom du ikkje deler flasker og glas med andre, får nok søvn, har eit lågt alkoholforbruk og unngår røyking. Fordi sjukdomen utvikler seg raskt, er det svært viktig å komme tidleg til sjukehus. Fyllesjuke, utmatting og meningokokksjukdom kan likne på kvarandre. Pass på kvarandre og ta kontakt med helsepersonell dersom du trur at nokre av venene dine kan vere sjuke, særleg dersom dei har redusert bevisstheit.

Det er òg mogeleg å vaksinere seg mot meningokokksjukdom. Folkehelseinstituttet tilrår at ungdom i alderen 16–19 år som deltek i aktivitetar som omtalt ovanfor vaksinerer seg mot meningokokksjukdom. Tilrådinga gjeld òg yngre og eldre ungdommar.

Det finst to ulike typar vaksinar. Kombinasjonsvaksine mot meningokokk gruppe A, C, W og Y (Menveo eller Nimenrix) vernar mot alle desse fire gruppene av meningokokkbakteriar. Meningokokk-typane C og Y har stått for dei fleste tilfella av meningokokksjukdom i denne aldersgruppa dei seinare åra. Meningokokk-typane C og Y har stått for dei fleste tilfella av meningokokksjukdom i denne aldersgruppa dei seinare åra. Kombinasjonsvaksinane mot gruppe A, C, W og Y vil gje breiast dekning i denne aldersgruppa. Derfor er det denne vaksinetypen som primært er anbefalt.

Vaksine mot meningokokk gruppe B (Bexsero eller Trumenba) er òg tilgjengeleg. Om ein ynsker vern mot alle gruppene av meningokokkbakterien som sirkulerer i Noreg må ein vaksinere seg med denne vaksinetypen i tillegg. Det har ikkje vore tilfelle forårsaka av meningokokk gruppe B hos 16–19-åringar dei siste syv åra.

### Når bør ein eventuelt ta vaksine?

Vaksinasjon mot meningokokk A, C, W og Y består av éin dose. Vaksinasjon mot meningokokk B består av to dosar med minst 1 eller 6 månaders mellomrom avhengig av vaksinepreparat. Det blir tilrådd at ungdom som vil vaksinere seg før russefeiring, bør vaksinere seg i god tid før feiringa tek til. Etter gjennomført vaksinasjon tek det omtrent to veker før vaksinen gir vern. Vernet varer i ca. 5 år (ca. 10 år for Nimenrix), slik at vaksinasjon tidleg på vidaregåande skule vil gi vern i russetida og ved reiser seinare i ungdomstida. Som ved annan vaksinasjon kan desse vaksinane gje kortvarige biverknader hos enkelte. Dei vanlegaste biverknadene er raud hud og ømheit på stikkstaden og uvelkjensle med hovudverk eller kvalme.

### Kva kostar vaksinane?

Nokre kommunar og fylke tilbyr gratis vaksinasjon til ungdomsgrupper. Elles må vaksinen, på lik linje med andre vaksinar som ikkje blir tilbydde i barnevaksinasjonsprogrammet, betalast av kvar enkelt. Du kan få vaksinen hos fastlegen, skolehelsetenesten eller på ein vaksinasjonsklinikk. Her vil du også få vite kva vaksinen kostar.

