



Viktigt för alla att känna till om bältros

Det som även kallas "helveteseld" drabbar var tredje person i livet någon gång.

Många som drabbas får det i ansiktet med svåra följdbesvär. Ibland så det ger synnedsättningar.

Det går att förhindra med vaccin.

Bältros , "helveteseld", shingles eller Herpes Zoster

Det är något som drabbar upp till var tredje person någon gång i livet. Den orsakas av samma virus som ger vattkoppor. Man kan bara få bältros om man haft vattkoppor. Bältros kan orsaka vattkoppor hos den som inte haft vattkoppor tidigare. Så den med bältros ska vara försiktig med att träffa de som inte har haft vattkoppor eller inte är vaccinerade mot det. Bältros är en enormt smärtsam sjukdom som i vissa fall kan ge mycket svåra följder, till och med blindhet.

Allt börjar med vattkoppor

Efter en vattkoppsinfektion drar sig Varicella Zosterviruset tillbaka till nervrötter nära ryggmärgen där det ofta ligger inaktivt livet ut. Hos många personer blir viruset dock aktivt igen långt senare och orsakar då en bältrosinfektion. Det syns då ofta som blåsor utmed nervbanorna som går från ryggraden i en karakteristisk form av ett bälte runt halva kroppen. Men bältros kan även fås på andra ställen som i ansiktet, ögonen, i och på öronen eller hjärnan. Det ger en nervsmärta där smärtstillande medel inte ger effektiv lindring.



Långvariga problem

Samtliga varianter av infektionen kan ge postherpetisk neuralgi, PHN. Det innebär kvarstående extrema smärtor i månader och år, även efter att blåsorna försvunnit. Infektionerna kan ofta skapa följder som kräver lång rehabilitering eller till och med habilitering, det vill säga att hitta nya sätt att hantera sin vardag.

Varför bryter det ut?

Reaktiveringen av vattkoppsviruset beror på att kroppens immunförsvar inte längre klarar av att hålla viruset inlåst. Ett försämrat immunförsvar på grund av stigande ålder, annan sjukdom eller enbart kraftig stress kan vara nog för att få bältros att bryta ut hos den som haft vattkoppor.

Viktigt: Man får inte bältros av att ha träffat en annan person med bältros. Man kan inte heller få bältros av att träffa någon som insjuknat i vattkoppor. Den som haft vattkoppor bär på en latent sjukdom som inte är aktiverad. Än. Så vaccinera dig innan det sker.

98% av befolkningen har haft vattkoppor

Det är 98% i Sverige som har haft vattkoppor redan innan tonåren och är infekterade med det virus som orsakar bältros. De flesta av de som drabbas är över 50 år. Genom att vaccinera barnen mot vattkoppor minskar risken för framtida bältros med 80% vilket gör vattkoppsvaccinering till en långsiktig investering.

I 25% av bältrosfallen sätter sig infektionen runt ögat och kan i vissa fall leda till blindhet. Dessutom ökar risken för stroke markant! Risken att drabbas av PHN, det vill säga besvär lång tid efter infektionen, ökar med stigande ålder. I snitt är det 20% av de som drabbats av bältros som får kvarstående problem i flera år. Kvinnor drabbas oftare och värre.

+ 50 är ökad risk men det är inte bara äldre som drabbas

I tidningen MåBra berättar Jennie Rosengren hur det är att drabbas av invändig bältros i 20-årsåldern. Det bästa du kan göra är att ta del av de berättelser som de drabbade förmedlar. Att få insikt i hur sjukdomen upplevs med de drabbades egna ord är ett bra komplement till informerande upplysningstexter från myndigheter och läkemedelsbolag. "Det kändes som kokande saltsyra på huden" berättar den före detta EU-parlamentarikern Cecilia Wikström under ett föredrag i 1,6 miljonersklubben om sjukdomen som dök upp från ingenstans och orsakade vansinniga smärtor.

Shingrix - det som kallas det nya bältrosvaccinet

Under 2020 lanserades ett för Sverige nytt vaccin - *Shingrix* - som ger upp till 99% skyddseffekt. Det åstadkoms genom att kombinera en antigen-del som framkallar ett specifikt immunförsvar med en så kallad adjuvans-del



som kraftigt förstärker effekten av den aktiva delen i vaccinet. I jämförelse med det äldre vaccinet kan man alltså åstadkomma en dubbelt så hög skyddseffekt.

Inte kostnadsfritt och inte billigt

Bältrosvaccin är tyvärr bland de dyrare av alla vacciner och två doser krävs för ett minst 10-årigt skydd. För den som vet hur det är att få sjukdomen är även en handfull tusenlappar en låg summa jämfört med besvären men för de flesta av oss är det en kännbar investering. När samhället inte bidrar så är det viktigt att kunna dela upp kostnaden så att ingen väljer bort att vaccinera sig av ekonomiska skäl.

Här hos oss på **vaccin.nu** erbjuder vi möjlighet att finansiera sitt skydd

vaccin.nu
VACCINATIONSGRUPPEN

VÄLLINGBY - VASASTAN - KUNGSHOLMEN - KARLSKRONA - BUSSAR