

Informasjon om smittsam hjernehinnebetennelse til deg mellom 16-19 år

Smittsam hjernehinnebetennelse kjem av meningokokk-bakteriane, som kan gi livstruande sjukdom som blodforgifting og hjernehinnebetennelse. Ein av ti som blir sjuke døyr, og rundt 30 prosent får varige skadar.

Det er vanlig å ha meningokokkar i halsen utan å bli sjuk, men sjølv om du ikkje blir sjuk, kan du likevel smitte andre.

Korleis veit eg om eg er sjuk?

Det er ikkje alltid så lett å veta, for sjukdommen kan likne på både fyllesjuka og influensa. Seine teikn på sjukdommen kan vere små raude prikkar i huden som ikkje går vekk dersom du trykker på dei med eit glas, og stiv nakke så du ikkje kan setja haka mot brystet.

Ta kontakt med helsepersonell ved symptom:



Feber



Stiv nakke



Hovudverk



Sliten



Oppkast og diaré



Utslett

Dette vil eg ikkje ha – kva kan eg gjere for å beskytte meg?

Vaksine er det mest effektive tiltaket for å beskytte deg mot smittsam hjernehinnebetennelse.

Er du mellom 16-19 år bør du vurdere å vaksinere deg, men både yngre og eldre kan ta vaksine.



Foto: Unsplash.com

Du kan og minske sjansane for å bli smitta eller sjuk ved å:



Ikkje dele flaske og glas med andre



Få nok søvn og kvile



Unngå for mykje alkohol



Ikkje røyke eller snuse



Unngå å kline med mange

Sjukdommen utviklar seg raskt, det er difor **VELDIG** viktig å kome tidleg til sjukehuset om ein er sjuk!

Biverknadar, da?

Du kan bli raud og øm og få vondt i armen dei fyrste dagane. Du kan og kjenne deg litt uvel eller kvalm. Det går fort over.

Kva vil dette koste meg?

Det kjem dessverre an på kor du bur.

Sjekk med helsesjukepleiar på skulehelsetenesta eller fastlegen – her vil du få vite kva vaksinen kostar.



Les meir om smittsam hjernehinnebetennelse og vaksinene på våre heimesider www.fhi.no