

# Bältros

Bältros är en lokal, blåsig hudförändring (ett utslag med blåsor) som orsakats av vattkoppsvirus (herpes zoster). Symtomen kan lindras med smärtstillande läkemedel som kan köpas utan recept.

## Allmänt

Efter en vattkoppsinfektion som man haft som barn blir viruset permanent kvar i kroppen. Senare kan viruset aktiveras när immunförsvaret försvagas till exempel med ålder och orsakar en blåsig hudförändring (ett utslag med blåsor). Bältros förekommer vanligtvis på kroppen, men kan också uppstå i ansiktet. I området kring extremiteterna är bältrosen sällsynt. Hudförändringarna begränsas alltid till endast den ena sidan av kroppen. På kroppen är utslaget som namnet antyder som ett bälte. I ansiktet kan bältrosen sprida sig till ögat, örat eller slemhinnor.

## Symtom

Symtomen på bältros är hudens smärta, sveda och beröringskänslighet. Inom några dagar efter att symtomen uppträtt börjar huden att rodna och det bildas små blåsor på huden. I samband med bältros kan det förekomma feber och illamående. Antalet blåsor ökar ungefär i en vecka och börjar efter det att bilda skorpor. Läkningen tar 4–6 veckor under vilken hudförändringar vanligtvis försvinner utan att lämna spår. Utslagsmärta kan kvarstå långt efter att blåsorna läkt.

## Egenvård

En lindrig bältros kan behandlas hemma. Det kan vara till hjälp att duscha och bada utslagsområdet. Utslagsområdet kan täckas med en torr kompress eller med hydrokolloidförband som kan köpas på apoteket. För smärtan kan man ta ett smärtstillande läkemedel som passar var och en själv och som kan köpas på apoteket utan recept. Apotekspersonalen hjälper vid behov till med att välja rätt produkt. Lokala behandlingsprodukter är inte till hjälp vid behandlingen av blåsor som orsakats av bältros.

I blåsstadiet kan bältros smitta till andra människor som inte har haft vattkoppor. Kontakt med personer med svårt nedsatt immunförsvaret bör undvikas tills blåsorna har torkat, men annars bör kontakt med människor inte undvikas. Det finns ett vaccin för att förebygga bältros att bryta ut som kan ges åt personer över 50. Vaccinet hör inte till det nationella vaccinationsprogrammet.

En lindrig bältros läker vanligtvis av sig själv inom ungefär fyra veckor.

## När ska man kontakta hälso- och sjukvården?

Det är värt att kontakta hälso- och sjukvården om

- bältrosen finns på pannan eller i området kring näsan eller ögat.
- den som insjuknat i bältros har nedsatt immunförsvar med anledning av sjukdom eller medicinering.
- bältrosen orsakar kraftig smärta.
- blåsorna förekommer över ett stort område.
- det allmänna tillståndet blir sämre.
- den som insjuknat i bältros är över 60.

## Mer information

- Bältros (Terveyskirjasto.fi, på finska)  
[https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00554](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00554)

I samarbete med

DUODECIM  
TERVEYSKIRJASTO

Version 2.0 21.4.2021