

Ta hand om dej själv



Information om fästingburen hjärninflammation (TBE)
och andra sjukdomar som överförs via fästingar.

ROKOTESUOJA **FI**



Se över ditt skydd.

TBE ÄR EN ALLVARLIG SJUKDOM

Fästingöverförd hjärninflammation (TBE, Kumlingsjukan, på engelska tickborne encephalitis) är i värsta fall en allvarlig sjukdom som överförs till människor via fästingar. Någon kurativ behandling mot TBE finns inte. Det är därför viktigt att överväga att vaccinera sig mot TBE om man bor eller vistas i sådana områden där TBE-smitta förekommer.

INFORMATION FÄSTINGAR

FÄSTINGEN BEHÖVER BLOD FÖR ATT UTVECKLAS

Fästingen går igenom tre utvecklingsstadier: från larv till nymf och sedan till vuxen. I varje stadium behöver fästingen blod för att utvecklas. När fästingen är aktiv sitter den i vegetationen, till exempel på ett grässtrå 10–20 cm från marken, och väntar på att ett lämpligt djur ska passera. Typiska värdjur är möss och sorkar, men även stora däggdjur och ibland även människan. Vår vanligaste fästing (Ixodes-arterna) saknar ögon. När fästingen känner av rörelser i vegetationen, koldioxid eller dofter sveper den med frambenen och griper tag i det passerande offret.

FÄSTINGBETTET KÄNNS KNAFFT

Många av dem som drabbas av fästingöverförda infektioner har inte ens märkt att de blivit bitna. Innan fästingen börjar suga blod låter den lite saliv rinna ner i offret via sitt hullingförsedda sugrör. Saliven innehåller bedövningsmedel, som gör bittet smärtfritt. Saliven innehåller även ett ämne som förhindrar att blodet koagulerar. När fästingen sugit klart, vilket kan ta upp till en vecka, släpper den taget och faller till marken för att där börja utvecklas till nästa stadium. När den befruktade vuxna honan sugit blod sin tredje gång lägger hon några tusen ägg innan hon till slut dör. Äggen kläcks några veckor senare och en ny generation fästingar föds.

HUR KAN MAN FÖRHINDRA ATT FÄSTINGEN KOMMER PÅ HUDEN?

Du kan förhindra att fästingen kommer i kontakt med huden med rätt slags kläder. Om du rör dig i områden där fästingar förekommer kan du skydda dig med långärmade tröjor och långbyxor. Stoppa in byxbenen i stövlarna eller strumporna. Om du klär dig i ljusa kläder är det lättare att upptäcka fästingarna. Det är också bra att göra en daglig fästingkontroll om du rört dig i ett område med fästingar. Det finns även olika slags fästingmedel som kan användas på de hudområden som förblir bara.

Nymf 1–2 mm

Vuxen fästing 3–4 mm



BOR ELLER VISTAS DU I RISKOMRÅDEN FÖR TBE?



BEHÖVER DU SKYDDA DIG MOT TBE?

I Finland konstateras årligen 60–150 TBE-fall. Om du bor, vistas eller reser i sådana områden där TBE förekommer bör du överväga att vaccinera dig. I Finland kan du bli smittad av ett fästingbett i ett geografiskt begränsat område. Risken att insjukna i fästingburen hjärninflammation är stor i landskapet Åland och sjukligheten är mycket hög ur ett internationellt perspektiv.

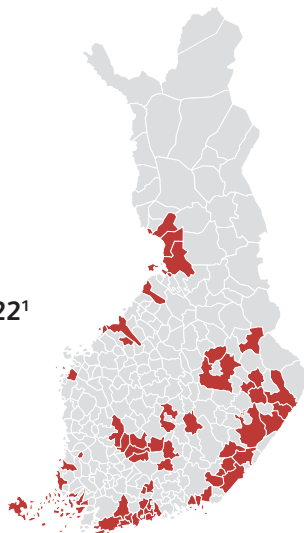
TBE förekommer även i övriga delar av Finland. Det har förekommit t.ex. på följande orter: Kemi, Kotkas skärgård, Villmanstrand, Brahestad (Preiskari ö), Pargas, Simo, Lojo, Gustavs, Taipalsaari, Larsmo, Lapinlahti, Kyrkslätt, Nådendal, Raseborg, Åbo och Esbo. I en del av områden ingår TBE-vaccinet i det allmänna vaccineringsprogrammet. Kontrollera områden som är med i vaccineringsprogrammet på THL:s webbsida.

Risken att smittas är stor även i Sverige i Stockholms skärgård och därifrån söderut, Baltikum, Ryssland och delar av Central- och Östeuropa.

FÄSTINGARNA KOMMER MED VÄRMEN

Fästingarna är aktiva när temperaturen ute överstiger +5 C°. Därmed varar fästingsäsongen i Finland från maj till slutet av oktober.

TBE-fall
2018-2022¹



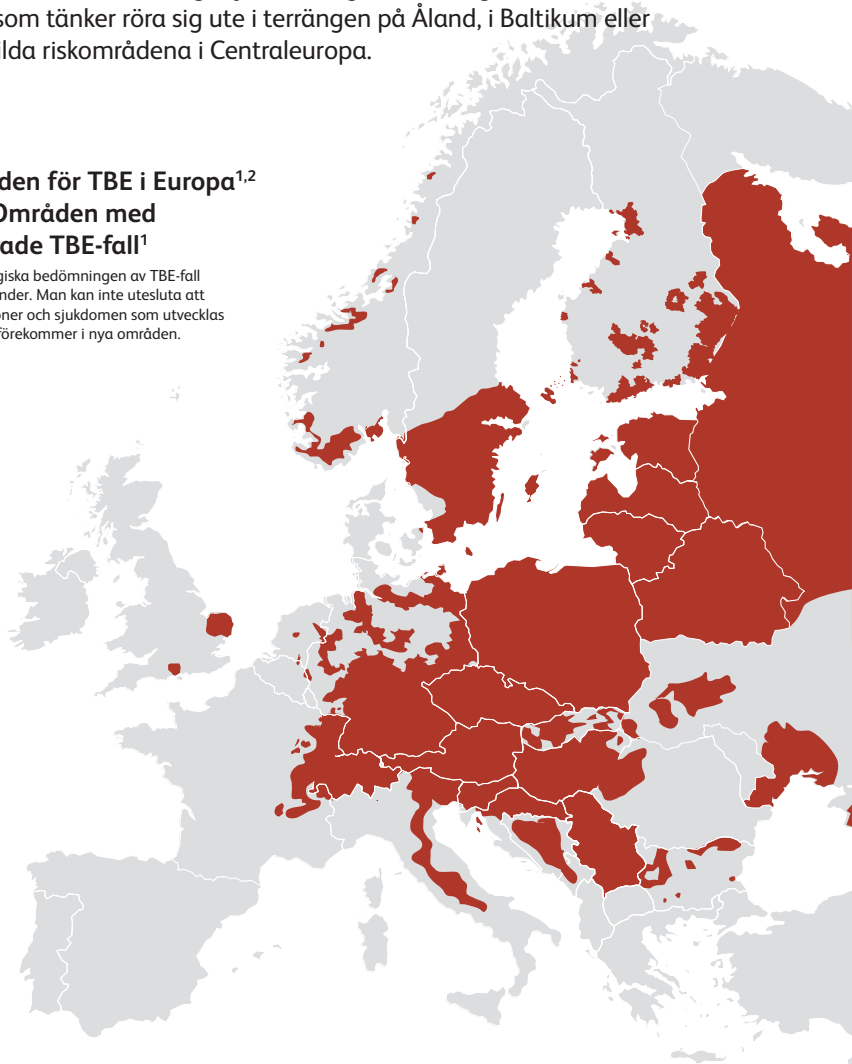
VACCINERING MOT TBE REKOMMENDERAS FÖR

- personer stadiggt bosatta i riskområdet
- personer som fyllt tre år och som vistas långa tider (veckor, månader) i riskområdena och som rör sig mycket i skog och terräng
- för turister som tänker röra sig ute i terrängen på Åland, i Baltikum eller på de särskilda riskområdena i Centraleuropa.

Källa: THL

● Riskområden för TBE i Europa^{1,2} Finland: Områden med konstaterade TBE-fall¹

Den epidemiologiska bedömningen av TBE-fall varierar i olika länder. Man kan inte utesluta att TBE-virusinfektioner och sjukdomen som utvecklats till följd av dem förekommer i nya områden.



¹ THL:n interaktiivinen TBE-esiintyvyy- ja TBE-rokotussuosituskartta: https://www.thl.fi/ttr/gen/atlas/html/atlas.html?show=tbe_riskienarviointi (haettu 20.3.2023).
² Dobler G, Erber W, Br ker M, Schmitt HJ, eds. The TBE Book. 5th ed. Singapore: Global Health Press; 2022. Saatavilla: <https://tbenews.com/tbe/> (haettu 03/2023).

GODA RÅD VID FÄSTINGBETT

- Granska huden dagligen om du vistas i riskområden. Fästingen kan krypa runt flera timmar innan den biter sig fast i huden.
- Barn blir ofta bitna på övre delen av kroppen. Kontrollera även hårbotten och huden bakom öronen. Fästingar som biter sig fast i huden bör tas bort så snart som möjligt eftersom smittämnen såsom borrelia överförs efter 1–2 dagar. En TBE-virusinfektion överförs ännu snabbare, t.o.m. inom bara några minuter.
- Använd en finspetsig pincett eller en fästingborttagare när du tar bort fästingen som bitit sig fast i huden. Fatta tag om fästingens mundelar så nära huden som möjligt. Dra fästingen rakt bort från huden.
- Kläm inte åt fästingen och täck den inte med fett eftersom detta gör att smittämnen lättare kan ta sig in i blodomloppet.
- Tvätta såret med desinfektionsmedel eller tvål och vatten.
- Om du inte får bort hela fästingen, vänta några dagar, så kan du sedan ta bort de delar som är kvar i huden med pincett eller en ren nål. Risken för att få en fästingöverförd infektion ökar inte om du inte lyckas få bort hela fästingen.
- Är du osäker kan du fråga hälsovårdspersonalen om råd.
- Kontrollera huden där fästingen bitit. Kontakta läkare om det uppstår en rodnad som är större än 5 cm efter 1–4 veckor, eller om du får feber, huvudvärk eller andra symptom.



SYMPTOMEN PÅ TBE



Sjukdomen framskrider oftast i två faser. Symptom uppstår hos cirka 10–30 procent av de som fått infektionen. Från fästingbettet till de första symptomen kan det gå 4–28 dygn.

De första symptomen visas som feber och oklart illamående och patienten känner sig sjuk. Denna fas varar oftast i cirka 4–7 dagar.

Efter att den feberfria perioden varat i cirka en vecka (3–21 dygn) får 20–30 procent av de insjuknade den egentliga hjärninflammationen. Patienten har feber, huvudvärk, styv nacke, ljuskänslighet, illamående och möjligen även andra neurologiska symptom såsom störningar i medvetandet, kramper och förlamningssymptom.

Dödligheten i fästingöverförd hjärninflammation är mycket liten, cirka 0,5–1 procent. Cirka en tredjedel av de insjuknade får bestående besvär i det centrala nervsystemet. De vanligaste följderna är irritation, minnesstörningar, koncentrationssvårigheter, hörselskador, förlamningar och muskelsvaghet.



SKYDDA DIG VID BEHOV

VACCINERING MOT TBE

Ett fästingbett kan ge dig TBE, det vill säga fästingburen hjärninflammation. Idag finns ingen medicin som botar TBE, men du kan skydda dig genom att vaccinera dig. Grundvaccinationen mot TBE består av tre doser. Det är bäst att ta de två första vaccinationsdoserna innan fästingsäsongen. Den tredje dosen ges nästa vintersäsong.

Fråga en läkare eller sjuksköterska om den exakta tidtabellen.

VAD KOSTAR DET ATT VACCINERA SIG MOT TBE?

Fråga personalen på apoteket eller din läkarstation vad vaccinerna kostar. Inom den privata hälso- och sjukvården tas oftast en vaccinationsavgift.

VAR KAN DU VACCINERA DIG?

Fråga privata läkarstationer eller hälsovårdscentralerna om hur du kan vaccinera dig mot TBE. Sommartid kan du vända dig till den mobila vaccinationsbussen.



PÅFYLLNADSDOSERNA GER FORTSATT SKYDD

För att skyddet ska bevaras måste man komma ihåg att ta påfyllnadsdoserna. I regioner där TBE-vaccinet ingår i det nationella vaccineringsprogrammet, ska man själv ta hand om påfyllnadsdoserna; inom vaccineringsprogrammet ges endast de tre första vaccindoserna i vaccinationsserien. Du får mer information om påfyllnadsdoserna av en läkare eller sjuksköterska.

VAD SKA JAG GÖRA OM DEN ANDRA ELLER TREDJE VACCINATIONSDOSEN GLÖMITS BORT?

Om du har glömt den andra eller tredje vaccinationsdosen ska du kontakta en läkare eller en sjuksköterska så får du råd om hur du ska fortsätta vaccinationsserien.

ÄVEN BARN KAN VACCINERAS

TBE-vaccination kan ges åt barn som är äldre än ett år. Rådfråga en läkare eller sjuksköterska.

ÄR DU ALLERGISK?

Informera läkaren före TBE-vaccinationen om du är allergisk mot ägg (överkänslighet mot kyckling- eller äggproteiner), eftersom vaccinet kan innehålla spår av ägg. Om du kan äta maträtter som innehåller ägg (t.ex. pannkaka, sockerkaka) kan du oftast ta vaccinet.

ÄR DU GRAVID ELLER AMMAR DU?

Om du är gravid eller ammar, tala med din läkare om en lämplig tidpunkt för vaccinering.



KAN DU SÄRSKILJA SJUKDOMARNA?

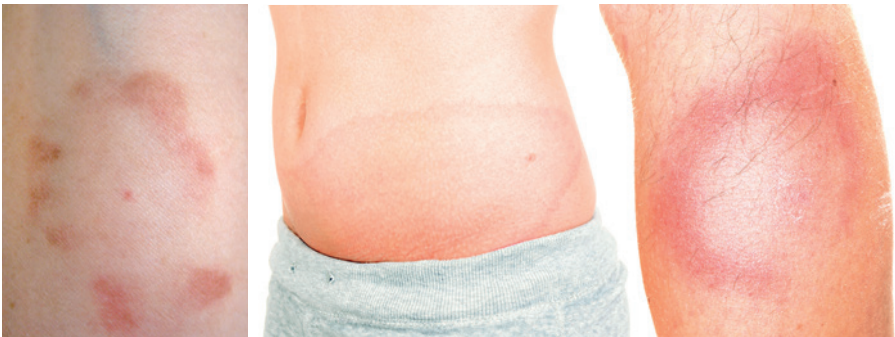
INFORMATION OM ANDRA SJUKDOMAR SOM SPRIDS AV FÄSTINGAR

BORRELIA ÄR VANLIGARE ÄN TBE

Borrelia orsakas av en fästingöverförd bakterie och är betydligt vanligare än TBE. Man har uppskattat att över 200 000 personer smittas varje år av borrelia i Västeuropa. Det går inte att vaccinera sig mot borrelia, men den går att behandla med antibiotika.

DE VANLIGASTE SYMPTOMEN PÅ BORRELIA

Borrelia överförs till människan via ett fästingbett. Inkubationstiden från bittet till de första symptomen är 2–32 dygn. Cirka hälften av de som smittas får rodnande utslag (erythema migrans) som sakta sprider sig. Utslaget är oftast cirkelformat, men det kan också ha annat utseende. Det första symptomet kan även vara ett lymfocytom som är godartad rodnad eller mjuk blånad på till exempel örsnibben. Å andra sidan kan sjukdomens inledande fas vara helt symptomfri, eller också kan den orsaka symptom som påminner om förkylning. En obehandlad borrelia kan senare orsaka komplikationer, till exempel hud-, nerv-, led- eller hjärtsymptom.



BEHANDLING AV BORRELIA

Borrelia behandlas med antibiotika. Antibiotikabehandling behövs inte om fästingbettet inte orsakar symptom. Man kan inte skydda sig mot borrelia genom att vaccinera sig.

ANAPLASMOS/EHRLICHIOS DRABBAR I FÖRSTA HAND HUSDJUR

Anaplasma är en bakterie och känd främst för att orsaka betesfeber. Incidensen av anaplasmos i Finland är okänd. Risken att få en anaplasmainfektion är liten, även om fästingen skulle bära på den. I Europa är symptomatisk anaplasmos sällsynt.

När sjukdomen är symptomatisk, ytttrar den sig 1–2 veckor efter smittan som hög feber och frossa. Symptomen innefattar även huvudvärk, muskelvärk, illamående, magsymptom och ibland andningsbesvär. Därför kan det vara svårt att på basis av symptom skilja på anaplasmos och andra sjukdomar som överförs via fästingar.

TA BORT FÄSTINGEN SÅ SNART SOM MÖJLIGT

Anaplasmos överförs från fästingen först ett dygn efter bittet. Vid borrelia tar det i allmänhet 1–2 dygn innan smittämnet överförs. Ju snabbare du får bort fästingen, desto mindre är smittorisken.



DU KAN SKYDDA DIG MOT TBE

Ett fästingbett kan ge ökad risk för borrelios eller fästingburen hjärninflammation som orsakas av TBE-virus.

TBE är sällsynt, men i värsta fall en allvarlig sjukdom.

Om du bor eller vistas längre tider i riskområden för TBE och rör dig mycket i naturen, kan det finnas skäl att överväga att vaccinera dig.

Vaccinet skyddar inte mot borrelia.

I den här broschyren svarar vi på frågor om TBE och om andra infektioner som sprids av fästingar. Om du har fler frågor kan du kontakta en läkare eller en sjukskötare eller tala med apotekspersonalen.

MER INFORMATION:

ROKOTESUOJA FI

thl.fi

Pfizer
Datagränden 4, 00330 Helsingfors
Tfn (09) 430 040
www.pfizer.fi

