

 HELSE BERGEN Haukeland universitetssjukehus	<h1>Genital herpes</h1>	
Kategori: Forskning, inovasjon og utdanning/Opplæring av pasienter og pårørende	Gyldig fra/til: 07.11.2022/07.11.2024	
Organisasjon: Helse Bergen HF/Hudavdelingen	Versjon: 3.00	
Godkjenner: Alf Henrik Andreassen	Informasjon	
Dok. ansvarlig: Turid Thune	Dok.id: D43652	

Genital herpes

Herpes på kjønnsorganene er ein vanleg tilstand. Behandling kan ha god effekt på symptomene, men det finst ikkje nokon medisin som kan fjerne viruset.

Dei fleste som har infeksjonen veit ikkje sjølv at dei er smitta. Berarar av viruset som ikkje har symptom, kan smitte andre utan å vite at dei har viruset sjølv.

Her kan du få svar på dei vanlegaste spørsmåla om genital herpes.

Kva er herpes?

Herpes simplex virus (HSV) er namnet på det viruset som er årsaka til sjukdomen genital herpes. Det finst fleire typar herpesvirus. Mange har høyrte om at herpesvirus type 1 (HSV-1) gir infeksjon på leppar (munnsår) og at type 2 (HSV-2) gir infeksjon på kjønnsorganene. Det er viktig å vere klar over at HSV-1 også kan gi infeksjon på kjønnsorganene.

Når ein har blitt smitta med herpesvirus, blir viruset i kroppen resten av livet. Viruset er i ein kvilande tilstand som gjer at ein ikkje kjenner seg sjuk eller har symptom. Av og til kan det kvilande viruset «vakne» og vandre attende til slimhinner eller hud og lage nye sår der det kom inn og danna sår første gongen.

Herpesinfeksjon på kjønnsorganene er ikkje nokon farleg sjukdom og har vanlegvis ikkje innverknad på den generelle helsa. Det kan vere ein plagsam tilstand for dei pasientane som får utbrot ofte.

Er det mange som har genital herpes?

Vi veit at om lag to av tre vaksne har såkalla antistoff (= motstoff) mot herpesvirus. Dette betyr at dei ein eller annan gong har vore smitta med herpesvirus. Munnsår er den vanlegaste forklaringa på dette, men vi reknar med at opp til 20 % av alle vaksne er smitta med herpes på kjønnsorganene. Dei fleste har viruset i ein kvilefase og er ikkje plagd med sår som kjem og går.

Kven kan få genital herpes?

Alle som er seksuelt aktive kan få genital herpes.

Korleis blir ein smitta?

Herpesviruset smittar ved kontaktsmitte og kjem inn i kroppen gjennom slimhinner eller gjennom små sprekker i huden. Ein kan bli smitta ved seksuell omgang med ein person som har herpesår i slimhinnene. Herpesviruset kan kortvarig også vere til stades i slimhinnene utan at den som er berar av viruset merkar det. Også då kan viruset overførast til seksualpartner. Viruset kan også overførast frå sår på leppene ved munnsex.

Smitte:

Herpes smittar ikkje via bestikk, glas, handklede, toalettsete, basseng eller handtrykk. Viruset smittar heller ikkje via sæd eller blod.

Risikoen for å overføre viruset til andre er størst det første året etter at ein sjølv har blitt smitta. Den som veit at han/ho har genital herpes, bør ikkje ha samleie når det er sår til stades eller når ein mistenkjer at det er eit sår under utvikling. Kondom vernar mot smitteoverføring dersom det blir brukt under heile samleiet og dekkjer alle stader der det er sår. Sjølv når ein person som veit at han/ho har herpes ikkje legg merke til noko sår, kan det av og til vere risiko for smitteoverføring.

Personar som er i faste parforhold kan velje å leve med ein viss risiko for smitteoverføring dersom dei ikkje ynskjer å bruke kondom heile tida.

Kva merkar eg sjølv dersom eg blir smitta med herpes?

Dei fleste merkar ikkje nokon ting, hos dei går viruset etter smittoverføring direkte over i kvilefase. Andre får synlege og smertefulle forandringar på slimhinne eller hud. Ei veker tid etter smitte får dei generell sjukdomskjensle med feber, hovudverk, muskel- og leddsmerter, vondt i halsen og hovne lymfeknutar. Det kjennest ut om lag som influensa.

Dei første synlege teikna på herpes er raudleik på kjønnsorgan, deretter blir det små blemmer som i løpet av kort tid går hol på og blir til sår. Såra kan vere svært smertefulle. Hjå menn kan det også komme litt utflod frå urinrøret, og det kan bli vondt å late vatnet. Hjå kvinner kan det komme meir utflod frå skjeden, og det blir ofte vondt å tisse. Dei ytre kjønnslepane kan hovne opp.

Utan behandling går eit slikt utbrot over i løpet av 2-3 veker. Herpesviruset har då vandra bort frå såra og lagt seg i dvale (kvilefase) i kroppen. Dette kallar vi **førstegongsutbrot**. Hjå nokon av dei som er smitta vil viruset «vakne» att og vandre attende til kjønnsorgan og gi nye sår, slike eposidar kallar vi **tilbakefallsutbrot**. Vei veit lite om kva som gjer at viruset «vaknar» att, men ein skilde opplever at det kjem tilbakefallsutbrot i samband med seksuell aktivitet, stress, feber eller menstruasjon. Tilbakefallutbrota er mykje mildare enn førstegongsutbrotet. Det blir blemmer og sår, men færre og mindre og på eit mindre område enn første gongen. Det er ikkje vanleg å få feber, hovne lymfeknutar eller allmennsymptom. Eit tilbakefallsutbrot vil oftast gå over i løpet av ei veker tid. Viruset har då gått attende i «kvilefasen».

Mange pasientar får eit «førevarsel» om slike utbrot nokre timar før sjølve utbrotet. Ein kan då kjenne kløe eller svie der utbrotet er i ferd med å komme. Nokon kan kjenne stikkingar/ubehag frå kjønnslepane, penis, pung, lår eller sete.

Får alle gjentekne utbrot?

Nei, alle får ikkje tilbakefallsutbrot, men det vanlegaste er å få 2-3 slike utbrot i året i nokre år etter at ein er smitta. Dersom du er smitta med HSV-1, er det 25-50 % risiko for gjentekne utbrot. Dersom HSV-2 er årsaka, vil 80-90 % av pasientane få tilbakefall. Dersom du ikkje har hatt eit einaste tilbakefallsutbrot i løpet av dei første 6-12 månadene etter smitte, er det ikkje så sannsynleg at du vil få nye utbrot seinare heller.

Kan eg vere smitta utan å vite det?

Ja, det er faktisk slik at dei fleste som har blitt smitta ikkje opplever episodar med sår. Nokon kan oppleve korte episodar med sårleik/kløe eller liknande, men oppfattar dette som noko heilt anna enn herpes. Mange tilbakefallsutbrot er altså ikkje typiske.

Dersom ein oppdagar at ein har blitt smitta med herpesvirus, treng det ikkje vere smitte frå noverande partner dersom det ikkje er eit stort, typisk **førstegongsutbrot**. Viruset kan ha lege i dvale i kroppen i mange år utan å ha gitt symptom. Mange blir smitta av ein partner som sjølv aldri har hatt symptom.

Korleis kan eg vite om det er herpes?

Du skal alltid gå til lege ved mistanke om genital herpes. Symptoma kan vere små og svake som til dømes:

-Svie eller kløe på kjønnsorganet eller ved endetarmsopninga.

-Eit lite sår.

-Små rifter på forhuda, i skjedeinngangen, ved endetarmsopninga eller i huda mellom kjønnsorgan og endetarmsopninga.

-Utflod frå urinrøret og i skjeden.

Det er typisk at symptoma kjem att med ujamne mellomrom.

Fordi symptoma kan vere svake og lite typiske kan dei lett forvekslast med andre infeksjonar eller lokal irritasjon frå klede eller andre ting. Gå difor til legen din som kan undersøkje deg og ev. stille diagnosen ved å ta virusprøve frå såra. Dersom du ikkje har utbrot, kan ikkje legen finne ut kva som feilar deg. Det er viktig at prøven til påvising av virus blir tatt så tidleg som mogeleg ved eit utbrot. Viruset kan bli borte frå såret etter nokre få dagar.

Ein slik prøve kan vise om du har type 1- eller type 2-virus. Virustypen er avgjerande for kor stor risikoen er for å få **tilbakefallsutbrot**.

Diagnosen herpes blir stilt ved påvising av virus frå sår eller blemmer.

Ein positiv herpesvirusprøve betyr at du er smitta med herpes.

Ein negativ herpesvirusprøve utelukkar ikkje at du kan ha herpes. I så fall kan det bli naudsynt å ta ein ny prøve ved seinare utbrot.

Blodprøvar kan av og til vere nyttige i diagnostikken, men er det oftast ikkje.

Bør kvinner som har genital herpes ta celleprøve oftare enn andre?

Nei, dei skal følgje dei same retningslinjene som andre kvinner.

Er herpes arveleg?

Nei

Kan ein bli steril av herpes?

Nei, herpes verkar ikkje inn på evna til å bli gravid korkje hjå menn eller kvinner.

Kan eg vere blodgjevar?

Ja, herpesviruset blir ikkje overført via blod.

Kan ei gravid kvinne smitte barnet sitt?

Risikoen for å smitte barnet er veldig liten.

Dersom ei gravid kvinne får sitt **første** herpesutbrot når ho er gravid, bør ho få behandling. Dersom dette utbrotet kjem nær opp til fødselen, blir det tilrådd å ta keisarsnitt. Det er altså særskild viktig at kvinna unngår å bli smitta under graviditeten. I eit parforhold der kvinna ikkje har herpes, men partneren har herpes, bør mannen bruke kondom gjennom heile graviditeten.

Dersom ei gravid kvinne har hatt genital herpes tidlegare, er det svært liten risiko for å overføre smitte til barnet. Dette gjeld også dersom det skulle vere synlege sår under fødselen. Risikoen for smitte er ikkje heilt neglisjerbar, det er difor viktig at du fortel lege/jordmor at du har genital herpes. Tidlegare genital herpes er ikkje grunn for å gjere keisarsnitt.

Finst det medisinar som verkar ved herpes?

Ja, herpes kan behandlast med tablettar som hindrar viruset i å formeire seg. Behandlinga verkar best dersom den blir starta så tidleg som mogeleg ved kvart utbrot, helst allereie når du kjenner førevarselet. Behandlinga er kortvarig og kan mildne og forkorte utbrotet.

Medisinen påverkar ikkje viruset når det er i kvilefase og kan ikkje gjere noko med tendensen til å få tilbakefall. Men hjå pasientar som får tilbakefall ofte, kan tilbakefall førebyggjast med dagleg behandling med tablettar i lengre periodar. Risikoen for smitte til ein partner blir betydeleg redusert når du står på langtidsbehandling.

Du bør diskutere med legen din for å finne ut om du er kandidat for behandling og ev. kva som vil vere beste behandling for deg.

Det psykiske aspektet ved herpes.

Dei psykiske plagene er ofte større enn dei fysiske ved genital herpes. Kanskje fordi ein ikkje kan bli kvitt viruset ein gong for alle ved behandling, er tilstanden ufortent knytt til synd og kjensle av skam. Ein kan også vere redd for å bli oppfatta som å vere «lett på tråden», noko det ikkje er grunnlag for å hevde. Alle som er seksuelt aktive kan bli smitta med herpesvirus. Det er viktig at dei som har herpes veit mykje om viruset. Det er vår erfaring at etter kvart som ein lærer meir om sjukdomen, vil dei aller fleste (sjølv dei med svært mange tilbakefallsutbrot) kunne leve eit heilt normalt liv på alle måtar, og ikkje lenger ha den vonde kjensla av at herpesviruset har teke kontroll over dei.

Kva bør eg seie til partneren min?

Når du skal fortelje partneren din om dette, er det viktig at du ikkje overdriv kva det betyr å ha herpes.

Fortel om kor vanleg det er: Opp til 20 % av alle vaksne har genital herpes. Dei fleste som har det, er ikkje klar over det og har altså ingen plager.

Ein kan ha eit godt seksualliv sjølv om ein har herpes.

Det finst medikament som kan brukast både ved utbrot og som ein ev. kan ta kvar dag for ikkje å få utbrot. Dagleg, førebyggjande behandling reduserer risikoen for å smitte partner. Sjølv om det er vanskeleg å fortelje partneren din at du har herpes, er det sjeldan nokon god idé å vente med dette til ein har vore i seng saman. Dei fleste vil oppfatte det som eit betydeleg tillitsbrot.

Brosjyren er basert på GlaxoSmithKline sin informasjonsbrosjyre om herpes som er utarbeidd av overlege Arvid Nilsen og overlege Susanne Kroon. Skriftleg løyve gitt frå GSK juni 2012.

Har du spørsmål, kan du vende deg til:
Avdeling: Poliklinikk for SOI, Hudavdelinga
Telefon: 55 973962
www.helsebergen.no