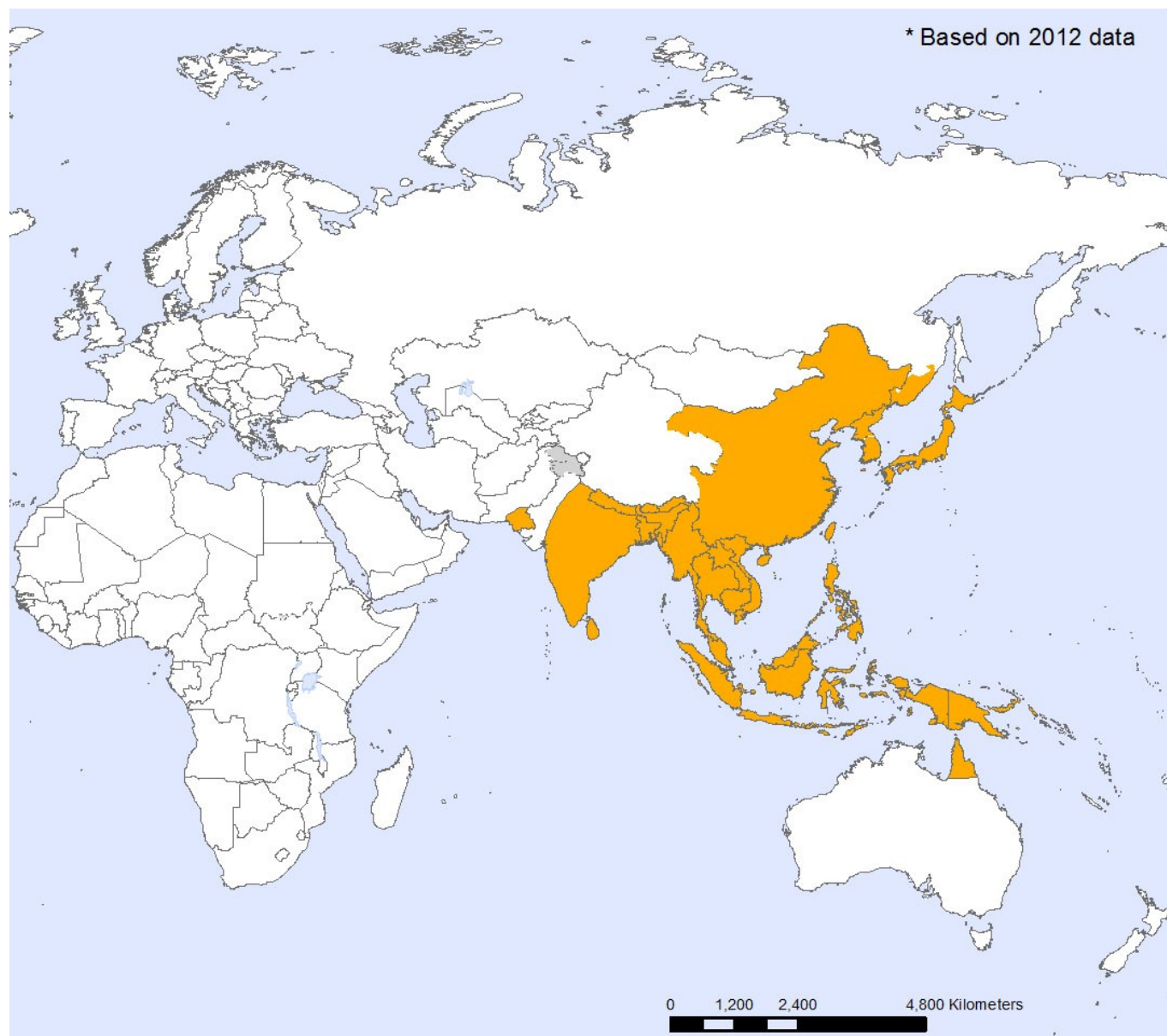




## Hva er japansk encefalitt?

Japansk encefalitt (JE) er en virussykdom som spres ved myggbitt og har høy dødelighet. Av dem som overlever får 1 av 3 varige skader. Vaksine gir god beskyttelse.

**Utbredelse:** Viruset forekommer i 25 land i Asia herunder Thailand, Vietnam, India, Sri Lanka, Filippinene, Kina og Japan.



© WHO 2012. All rights reserved

**Symptomer:** Sykdommen utvikler seg i løpet av 3-7 dager med plutselig innsettende feber, hodepine og brekninger. Forvirring og vanskeligheter med å bevege seg er vanlig. Lammelser og koma forekommer.

**Dødelighet:** 1 av 4 dør.

**Senskader:** 1 av 3 av de som overlever får varige senskader.

**Smitte:** For de fleste turister og forretningsreisende er risikoen lav, men den avhenger av hvor

du skal, dine planlagte aktiviteter, lengden på turen og årstiden. Risikoen øker med varigheten av reisen, opphold på landsbygda og hvor mye man er utendørs, særlig om kvelden. I tropiske og subtropiske områder er det en risiko året rundt. Barn

**Forebygging:** Man får god beskyttelse ved å bli vaksinert mot japansk encefalitt og ved å beskytte seg mot myggstikk.

*Vaksine:* Legen din kan hjelpe deg med å bestemme om du trenger vaksine basert på reisemålet ditt, dine planlagte aktiviteter og reisens lengde. Vaksinen består av to doser gitt med 28 dager i mellom. (Hvis dette ikke er mulig, kan doses gis med 7 dagers mellomrom). Den siste dosen bør fås minst 10 dager før avreise. Vaksinen er trygg og gir god beskyttelse.

*Myggbitt:*

Du begrenser antall myggstikk ved å dekke til huden, særlig etter solnedgang. Velg helst lyse klær og unngå deodorant eller parfyme. Dytt skjorten eller blusen ned i buksen og trekk gjerne sokkene over den nederste delen av buksebeinet. Smør bar hud med et egnet myggmiddel, for eksempel Autan tropical myggspray. Hvis du bruker solkrem, bør du påføre den først og deretter insektsmiddelet. Dersom man ikke har mulighet til å sove innendørs med lukkede vinduer og air-condition, bør man bruke et sengenett.