



Kyssesyke

Kyssesyke skyldes et virus som overføres blant annet ved kyssing - særlig hos ungdom. Men viruset rammer hyppigst barn.

Hvilke symptomer gir mononukleose?

Mange smittes i tidlig barnealder, og da er det ofte ikke så typiske symptomer.

Det kan være litt feber og vond hals, men ofte er det så milde symptomer at det ikke fører til noen diagnose.

I tenåringsalder og yngre voksen alder er det vanlig med:

- hovne, betente mandler
- hovne lymfekjertler på halsen og i armhulene
- ofte høy feber
- hodepine
- slapphet
- småflekkete utslett som ikke klør

En sjelden gang blir man litt gul i huden på grunn av betennelse i leveren.

Hvordan finner en ut at det dreier seg om mononukleose?

Kjertlene hovner. Legen kan ofte kjenne at milten er hovnet opp. Det er ganske typisk.

Legen har i tillegg mulighet til å se på de hvite blodlegemene som viser en typisk forandring som har gitt det medisinske navnet mononukleose til sykdommen.

En blodprøve kan også tas til undersøkelse på såkalte antistoffer, men den er ikke alltid pålitelig de første dagene av sykdommen.

Er det noen behandling for mononukleose?

Det kan også bli nødvendig med sykehusbehandling for komplikasjoner.

Den viktigste er blødning fra milten hvis den sprekker, men det er mye mer sjelden enn folk flest frykter.

Hvor lenge varer sykdommen?

Feberforløp på 2-3 uker er vanlig. Ofte er man slapp mye lenger. Det veksler ganske mye.

Må man ta spesielle forholdsregler etterpå?

Det anbefales at man kutter ut krevende fysisk trening i alle fall en måneds tid og unngår idrett med kraftig kroppskontakt minst like lenge, det kan for eksempel være fotball, håndball, bryting.

Det er i første rekke risiko for miltskade med blødning man tenker på.

Kan mononukleose gi noen mén eller bli kronisk?

Vi regner at man blir frisk av mononukleose når den akutte sykdommen er over.

Leverbetennelsen ved mononukleose blir aldri kronisk. Noen har ment at såkalt "jappesyke" er kronisk mononukleose. Den sammenhengen er aldri bevist.

Finnes det noen vaksine eller andre forebyggende tiltak som jeg selv kan sette inn?

Viktigste forebyggende tiltak er å unngå intim nærkontakt med mononukleosepasienter og være litt forsiktig med dråpesmitte som for eksempel kyssing, hvis det er mononukleosetilfeller i klassen eller gjengen.

Har du medisinske spørsmål om kysesyke? Gå til [Spør oss](#) og få svar fra våre fagekspertter. Tjenesten er gratis.

Spørsmål fra Helsenetts innmeldte deltakere vil bli besvart først.