



Helvetesild

Helvetesild er en plagsom sykdom som skyldes vannkoppevirus.

Helvetesild, eller herpes zoster, er en velkjent og plagsom sykdom som har forekommet til alle tider.

Sykdommen synes å øke i hyppighet. Årsaken er vannkoppevirus, og alle som har hatt vannkopper kan senere i livet utvikle herpes zoster.

Dette skyldes en reaktivering av "hvilende" virus i nerveganglier i ryggen. Virus som da deler seg vil følge en eller flere nerver, og både utslettene og smertene følger nervebanene.

Økningen i sykdomshyppigheten skyldes først og fremst stigningen av antall eldre mennesker i befolkningen. Selv om herpes zoster også kan forekomme i barneårene, er det særlig eldre mennesker som rammes.

Det kan også ha betydning at et økende antall pasienter bruker immundempende behandling.

Hyppighet

I Norge antar vi at cirka 10 000 personer utvikler sykdommen hvert år. Beregninger fra England og USA viser at mellom 15 og 20 prosent av befolkningen vil utvikle herpes zoster i løpet av livet.



For personer over 80 år øker denne sjansen til hele 50 prosent.

Behandling

Utslettet ved herpes zoster går som regel fint tilbake i løpet av to til tre uker uten behandling.

Det anbefales imidlertid å bruke en antiseptisk/bakteriedrepende krem for å hindre sekundær bakterieinfeksjon.

Den viktigste årsaken til behandling er å begrense og forebygge smertene som nesten alltid følger med.

Mange pasienter utvikler vedvarende nervesmerter i måneder til år etter utbruddet av sykdommen. Dette kalles postherpetisk nevralgi. Sjansen for å utvikle slike smerter øker sterkt etter 50-års alder. Hos pasienter over 70 år vil kanskje så mange som halvparten utvikle slike plager.

Den eneste effektive behandlingen er midler som hindrer deling/formering av virus. Dette kalles antivirale midler og de må tas i tablettform.

Dersom behandlingen skal være effektiv, må den startes tidlig i sykdomsforløpet. Behandlingen er som regel effektiv hvis den startes innen de tre første dager etter debut av utslettet, gjerne tidligere hos enkelte pasienter som utvikler smerter før det kommer hudforandringer.

Behandlingen forkorter sykdomsforløpet, og minsker sjansen for vedvarende nervesmerter.

Råd om behandling

På det norske markedet finnes det to relativt like midler som er godkjent i behandling av herpes zoster:

- Zovirax
- Valtrex

På grunn av enklere dosering og noe bedre effekt anbefales generelt å bruke Valtrex.

Det aktive stoffet i disse tablettene er valciklovir. Den vanlige doseringen er 1000 mg tre ganger til dagen i sju dager.

Det anbefales først og fremst at personer over 50 år behandles. Dette er fordi denne gruppen er langt mer utsatt for å få langvarige nervesmerter etterpå.

Også yngre pasienter kan ha god nytte av slik behandling. Dette gjelder spesielt dersom det er store utbrudd med utbredte hudforandringer og sterke smerter.

Medikamentene er relativt dyre. De har imidlertid svært få bivirkninger og kan også brukes sammen med de fleste andre medisiner.

Ved herpes zoster i øvre del av ansiktet og omkring øyet, bør det alltid gis tablettbehandling.

Dersom det også er affeksjon av øyelokkene, bør man kombinere med øyesalve. Det er ekstra viktig med behandling ved denne lokalisasjonen, fordi ubehandlet er det mange som vil få komplikasjoner fra øynene.

Tidligere har det vært brukt kortison-tabletter (Prednisolon) for å motvirke nervesmertene etter gjennomgått herpes zoster. Nyere undersøkelser tyder på at slik behandling har liten effekt. Vi anbefaler derfor ikke lenger kortisonbehandling.

Konklusjon

Det er svært viktig å ta kontakt med lege umiddelbart ved mistanke om herpes zoster.

Det er bedre å gå tidlig og eventuelt få avkreftet diagnosen, enn å komme for sent til å starte en effektiv behandling. Det er dokumentasjon på at behandlingen hjelper.

Gjengitt med tilattelse av [Hudpedagogisk senter](#), Rikshospitalet