

Munnesår (Herpes)

Vanlige årsaker til munnsår

Munnsår, forkjølelsessår eller herpes er en virusinfeksjon (herpes simplex virus) i huden og på slimhinner. Den opptrer i form av et sår nær munnen, ofte i forbindelse med forkjølelse. **Utbruddene skjer på bakgrunn av en gjennomgått virusinfeksjon tidlig i barnealderen.** Vanlige faktorer som kan trigge utbrudd, er sollys, varme, kulde, stress, eksemhud, menstruasjon og svekket immunforsvar (infeksjoner, bruk av steroider).

Symptomer

Munnsår framstår som små blemmer og rødhet i et avgrenset område på eller i kanten av leppene. **Det er ikke uvanlig med et forvarsel i form av svie, kløe eller en prikkende følelse der blemmene dukker opp.** Ofte klør det og er smertefullt, og selv om utbruddet leger seg selv etter noen tid, komemr det ofte tilbake.

Behandling

- **Munnsår har tradisjonelt blitt behandlet med sinksalve eller antivirale kremer.** Denne praksisen mangler dessverre god dokumentasjon når det gjelder effekt.
- **Det lønner seg å prøve å forebygge utbruddet ved å skjerme seg for det man ved er trigger (sollys, kulde og annet), ev. anvende en antiseptisk krem** for å lindre kløe og forebygge sekundæringeksjon.
- **Compeed invisible munnsårplaster har vist seg å være et gunstig virus skjold** og like bra for tilhelingen som sinksalve og antivirale kremer, men er billigere og gir mindre bivirkninger. **Plasteret inneholder hydrokolloid, som ofte er brukt i sårbehandling.**

Når bør kontakte legen?

Ved varighet ut over 14 dager, utbredte sår dannelser eller samtidig behandling med immunosuppressive midler bør det henvises til lege for ytterligere utredning.

Kilder:

Spør på apotek!: Farmasøytisk rådgivning ved alminnelige helseplager -
Munnsår (Herpes) side 75-77