



[Infektioner på huden](#)

Bältros är en infektionssjukdom som du kan få om du tidigare har haft vattkoppor. Det är oklart vad som utlöser sjukdomen. Det är vanligt med utslag och blåsor som gör ont. Utslagen och blåsorna sitter ofta på ett område på ena sidan av kroppen.

Bältros kan uppstå hos alla som har haft [vattkoppor](#), men det uppstår inte hos alla.

Det är vanligast att få bältros om du är över 50 år. Barn kan också få bältros men det är ovanligt.

Du kan få bältros mer än en gång, men det är också ovanligt.

Bältros orsakas av samma virus som vattkoppor. När du har haft vattkoppor stannar viruset kvar i din kropp för resten av livet. Viruset kan bli aktivt igen och då får du bältros. En orsak kan vara om du har nedsatt immunförsvar, men de allra flesta som får bältros är fullt friska i övrigt.

Bältros brukar läka av sig själv. Blåsorna torkar oftast och försvinner inom en till två veckor. Sårskorporna faller av någon vecka senare.

Det är vanligt att ha ont på huden där blåsorna sitter. Det brukar sluta att göra ont inom några månader. Ibland gör det ont längre än så. Risken för att du ska ha ont länge är högre ju äldre du är.

Bältros kan orsaka vattkoppor hos en person som inte har haft vattkoppor tidigare. Blåsorna vid bältros innehåller virus som smittar genom kontakt tills alla blåsor har försvunnit och täckts med sårskorpor.

Varken bältros eller vattkoppor kan orsaka bältros hos en annan person.

Du kan leva som vanligt med till exempel arbete eller skola medan infektionen pågår, men undvik att träffa personer med kraftigt nedsatt immunförsvar. De kan bli mycket sjuka om de får vattkoppor. Undvik också att träffa gravida som inte har haft vattkoppor.



Bältros.

Det är vanligt att det gör brännande ont eller pirrar på ett område på huden. Huden kan bli känslig för beröring. En del blir också trötta, yra, får lätt feber eller huvudvärk innan några utslag syns.

Efter en till tre dagar blir det ofta rött där du har haft ont. Sedan får du blåsor som först är klara, men sedan mörknar. Blåsorna brukar klia.

Du kan få blåsor var som helst på kroppen, men de brukar sitta inom ett område. Oftast sitter de på ena sidan av

kroppen, som ett band eller bälte.

Barn som får bältros får samma typ av utslag som vuxna men brukar inte få så ont som vuxna kan få.

Bältrosblåsor kan ibland sätta sig vid ögat. Då kan ögat bli rött och kännas torrt. Du kan bli känslig för ljus och se suddigt eller dubbelt. Du kan få ont, ibland mycket ont. Ögonlocket kan bli svullet.

Du behöver inte söka vård om du är under 50 år och har lindriga besvär. Då går besvären för det mesta över av sig själv.

Kontakta en [vårdcentral](#) eller en [jouröppen mottagning](#) så snart det går om du har symtom och är över 50 år eller har ett eller flera av följande besvär:

- Du har nedsatt immunförsvar.
- Du har mycket ont.
- Du känner dig mycket sjuk.
- Du har utslag eller ont i ansiktet.

Du behöver inte söka vård någon annanstans om det är stängt. Vänta tills den jouröppna mottagningen eller vårdcentralen öppnar.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård.

Ibland räcker det att du chattar eller [videosamtalar](#) med en läkare för att få vård.

Det kan vara svårt att själv avgöra om du har fått bältros. Läkare brukar kunna se om du har bältros, bara genom att titta på utslagen. Oftast behöver du inte undersökas på fler sätt eller lämna några prover.

Ögonen kan behöva kontrolleras om du har utslag i ansiktet, särskilt på ett ögonlock eller nästippen.

Du kan få recept på läkemedel om du har ont och de receptfria alternativen inte hjälper.

Det finns smärtstillande eller antiinflammatoriska läkemedel. Vissa läkemedel mot depression eller epilepsi kan ibland fungera om det gör ont vid bältros.

Du som är över 50 år får ofta behandling med läkemedel som hämmar viruset. Det är för att minska risken för att du ska få ont länge. För att behandlingen ska ha en bra effekt ska den startas inom tre dygn efter att utslagen börjar synas. Du får då tabletter som du tar i en vecka.

Du som har nedsatt immunförsvar behöver få behandling så fort som möjligt.

Du kan göra en del saker själv för att lindra om det gör ont eller kliar.

Du kan använda [receptfria läkemedel](#) som innehåller paracetamol om du har ont. De finns att köpa på apotek.

Tvätta huden med tvål och vatten minst en gång om dagen. Då undviker du att bakterier kommer in i blåsorna, så att de blir [infekterade](#). Det kan lätt hända om du kliar dig mycket.

Du kan lindra klådan med något av följande:

- kylbalsam
- alsollösning eller alsolsprit
- svalt vatten.

Kylbalsam, alsollösning och alsolsprit finns att köpa receptfritt på apotek.

Undvik att använda kräm eller salva med hydrokortison eftersom den kan göra att blåsorna lättare blir infekterade av bakterier.

Den vanligaste komplikationen är att ha ont längre än tre månader. Det kan vara svårt att behandla. Ungefär en av tio som får bältros har ont länge. Risken är liten om du är under 50 år men ökar sedan ju äldre du är.

Bältros på ögat kan göra mycket ont. Du kan få inflammation på hornhinnan så att det bildas ärr. Det kan orsaka en synnedsättning, beroende på var ärret sitter.

Du som har nedsatt immunförsvar kan få en besvärligare form av bältros och kan ibland behöva sjukhusvård.

Det finns vaccin mot bältros. De minskar risken för bältros och för att du ska ha ont länge om du ändå skulle få sjukdomen.

Du kan vaccineras om du är över 50 år. Du kan bli vaccinerad även om du redan har haft bältros.

Du får betala själv. Vaccineringen ingår inte i högkostnadsskyddet.

Det ena vaccinet ger ett ganska bra skydd. Du får det vid ett tillfälle och bara om du har ett fungerande immunförsvar.

Det andra vaccinet är nytt och finns ännu inte överallt. Det ger ett mycket bra skydd. Du får vaccinet vid två tillfällen. Du kan få vaccinet även om du har ett nedsatt immunförsvar.

Du kan läsa [mer om de båda vaccinen](#) på Folkhälsomyndighetens webbplats.

Det är ovanligt att du som är gravid får bältros.

Du kan bara få bältros om du har haft vattkoppor tidigare. Då har barnet i magen fått antikroppar mot vattkoppor genom moderkakan. Antikropparna skyddar barnet upp till sex månader efter förlossningen.

Du som är gravid och inte har haft vattkoppor tidigare bör undvika att träffa personer med bältros. Du kan smittas med vattkoppor, även om det är ovanligt. Risken för fosterskador är oftast liten om du skulle bli sjuk. Ibland kan barnet behöva behandling. [Läs mer i texten Vattkoppor](#).

För att du ska kunna vara delaktig i din vård och behandling är det viktigt att du [förstår informationen du får](#) av vårdpersonalen. Ställ frågor om du inte förstår. Du ska till exempel få information om behandlingsalternativ och [hur länge du kan behöva vänta på vård och behandling](#).

Du har möjlighet att [få hjälp av en tolk om du inte pratar svenska](#). Du har också möjlighet att [få hjälp av en tolk om du har en hörselnedsättning](#).

Om du behöver [hjälpmedel](#) ska du få information om vad som finns och hur du får det.

-
- [?](#) Receptfria läkemedel vid tillfällig smärta - vad ska jag välja?
 - [?](#) Att vårda tillfälligt sjuka barn hemma

Senast uppdaterad:

2020-09-23

Redaktör:

Susanna Schultz, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Urban Hellgren, infektionsläkare, specialist i läkemedelslära, Karolinska universitetssjukhuset, Huddinge

Fotograf:

Niels Veien, läkare, specialist i hudsjukdomar

Här kan du se bilder på utslag, prickar eller hudförändringar som barn kan få.

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. 1177 ger dig råd när du vill må bättre.

|

|

|

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).