



[Lever, galla och bukspottkörtel](#)

Hepatit A är en inflammation i levern som orsakas av ett virus. Sjukdomen går vanligtvis över av sig själv, men du kan vara trött under flera månader efteråt. Hepatit A sprids oftast genom mat och dryck. Du som har hepatit behöver följa vissa regler för att inte föra infektionen vidare.

Hepatit A är en ovanlig sjukdom i Sverige. Ungefär 100 personer får hepatit A varje år och hälften av dem har smittats utomlands. Du kan [vaccinera dig mot sjukdomen](#), till exempel inför en resa.

Det varierar från person till person hur kraftiga symtomen blir vid hepatit A. En del får inga symtom alls. Barn under fem år får sällan symtom och kan därför smitta andra innan det är klart varifrån smittan kommer.

Det tar två till sex veckor från att du blivit smittad till de första symtomen kommer, om du får några. Det är vanligast att det tar ungefär fyra veckor.

De första symtomen på hepatit A påminner om influensa. Vanliga besvär är huvudvärk, feber, trötthet, ont i kroppen och minskad matlust. Du kan även må illa och kräkas. En del får ont i lederna och klåda.

Dessa symtom har du mellan några dagar och upp till en vecka.

Efter att du varit sjuk i ungefär en vecka kan huden bli gulaktig. Samtidigt blir oftast de första symtomen lindrigare.

Den gula färgen syns tydligast i ögonvitorna och det är ofta där man först upptäcker det gula. Dessutom blir kisset ofta mörkfärgat och avföringen blir ljus.

På dig som har ljus hy kan det se ut som att du har en solbränna med gulröd underton. På dig som har mörk hy kan det gula synas mindre.

Det är också vanligt att bli öm under revbenen på höger sida av magen. Där sitter levern, som svullnar upp när den blir inflammerad.

De här besvären kan du ha i en till flera veckor.

Det vanligaste är att det tar ungefär tre veckor från de första symtomen till dess att du börjar må bättre. Men det är vanligt att du är trött och har minskad matlust i flera veckor till. Du kan känna dig trött både fysiskt och psykiskt. Det kan ta flera månader att återhämta sig helt.

Kontakta en [vårdcentral](#) om något av följande stämmer:

- Du har symtom som du tror beror på hepatit A.
- Du har haft nära kontakt med någon som har hepatit A och du är inte vaccinerad mot hepatit A.

Kontakta mottagningen du behandlas på om du har akut hepatit A och börjar må mycket sämre och känner dig väldigt sjuk. Om det är stängt, sök vård på en akutmottagning.

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

En person med hepatit A är smittsam ungefär två veckor innan de första symtomen har kommit och sedan i en till två veckor efter det.

Du kan bara få hepatit A en gång. Sedan blir du immun. Du kan däremot fortfarande få andra sorters hepatit, som [hepatit B](#) och [hepatit C](#).

Hepatit A-virus finns i avföringen hos personer med infektionen. Viruset kan föras vidare till mat eller vatten om personen inte tvättar händerna noggrant efter ett toalettbesök. Då kan andra som äter maten eller dricker vattnet bli sjuka.

Hepatit A-viruset kan överleva länge i vatten. Viruset kan spridas vidare från avloppsvatten. Ibland finns viruset i ostron och musslor som levt i vatten där smittan finns.

Viruset kan också finnas i färska eller frysta bär, glass eller råa grönsaker. Då har antingen någon som har infektionen hanterat livsmedlen eller så har de vattnats med förorenat vatten.

Hepatit A-viruset kan överföras mellan människor vid mycket nära kontakt, till exempel mellan personer som bor tillsammans eller mellan barn på en förskola.

Djur kan inte få hepatit A.

Hepatit A är vanligt i många länder i Afrika, Asien, Sydamerika, Mellanöstern och östra Europa. Sjukdomen är ovanlig i Sverige.

Hepatit A är en så kallad allmänfarlig sjukdom och är anmälningspliktig enligt [smittskyddslagen](#). Det innebär att den läkare som upptäcker att någon har sjukdomen ska rapportera det till smittskyddsläkaren i regionen och Folkhälsomyndigheten. Det är viktigt att hitta varifrån smittan kommer för att kunna begränsa spridningen av sjukdomen.

Du ska berätta för din arbetsgivare om du har fått hepatit A och arbetar med livsmedel. Du kan behöva bli omplacerad eller bli tillfälligt avstängd från arbetet, för att undvika att infektionen överförs till andra. I så fall kan du få så kallad [smittbärappenning](#) från Försäkringskassan.

Du kan [vaccinera dig mot hepatit A](#). Det är det säkraste sättet att inte bli sjuk.

Vaccination rekommenderas till vuxna och barn som är över ett år och där något av följande stämmer:

- Du har eller har haft nära kontakt med någon som har hepatit A.
- Du ska resa till ett land där hepatit A är vanligt.
- Du har en kronisk leversjukdom.

Vaccination rekommenderas om du ska resa till Östeuropa, Sydamerika, Afrika och Asien inklusive Mellanöstern. Du

behöver vanligtvis inte vaccinera dig om du ska resa inom övriga Europa, Nordamerika, Australien eller Nya Zeeland.

Det är ovanligt, men ibland kan du i stället för vaccin få något som kallas immunglobulin. Då får du redan färdiga antikroppar mot hepatit A i förebyggande syfte. Det kallas passiv immunisering och ger ett tillfälligt skydd mot sjukdomen i ungefär två månader.

Immunglobulin ges i stort sett bara till personer med någon närstående som har hepatit A och till personer som på grund av andra sjukdomar eller läkemedel inte kan få effekt av vanlig vaccination.

Var noggrann med hygien om du umgås med någon som har hepatit A. [Tvätta händerna](#) noggrant och ofta.

Var också noggrann med hygien om du reser i länder där hepatit A är vanligt. Undvik glass och isbitar. Undvik också att äta frukter eller bär som inte skalas och mat som inte har varit upphettad. Även om du är vaccinerad bör du vara noggrann med vad du äter och dricker, eftersom flera andra infektioner också kan spridas genom mat och vatten.

[Här hittar du råd inför resor till olika länder](#)

Det är viktigt att undvika att föra sjukdomen vidare om du har hepatit A. Oftast berättar din behandlande läkare eller smittskyddsläkaren vilka regler du ska följa. Du ska också få information om du kan arbeta eller om ett barn med hepatit A kan gå till förskolan eller skolan.

Här är de råd som personer med hepatit A vanligtvis får:

- Tvätta händerna noga efter varje toalettbesök och före varje måltid.
- Använd egen tvål och gärna handsprit.
- Använd egen handduk eller engångshanddukar.
- Duscha i stället för att bada i badkar. Bada inte i bubbelpool eller bassänger.
- Laga inte mat åt andra och rör inte andras mat.
- Tänk på att sjukdomen kan överföras vid nära kroppskontakt.
- Tvätta händerna efter att du bytt blöja på ett barn som har hepatit A. Tvätta även skötbordet med handsprit. Lägg den använda blöjan i en plastpåse som du knyter ihop innan du slänger den.
- Du är skyldig att komma på de vårdbesök och de provtagningar som du blir kallad till.

Barn som har hepatit A och går i förskolan ska stanna hemma så länge de kan överföra viruset till andra. Barnets läkare ger råd om när barnet kan gå tillbaka till förskolan.

Skolbarn kan gå till skolan, men bör inte delta i gymnastiken eller laga mat med andra barn. De ska heller inte använda gemensamma toaletter.

Kontakta miljö- och hälsoskyddsnämnden i din kommun om du har en torrtoalett eller förmultningstolett. De kan informera om hur avfallet ska hanteras för att inte sprida sjukdomen vidare.

Hepatit A kan göra dig väldigt trött. Oftast behöver du vila den första tiden. Det kan ibland kännas bättre att undvika fet mat om du mår illa.

När du har hepatit A behöver din lever vila för att kunna läka. Undvik därför ämnen som kan skada eller belasta levern. Undvika att dricka alkohol i minst tre månader. Undvik också p-piller och rådgör med din läkare om vilka läkemedel som du kan använda.

Det finns ingen behandling mot hepatit A. Sjukdomen går vanligtvis över av sig själv inom en månad.

Du som arbetar kan behöva vara [sjukskriven](#) under de första veckorna, när du är som sjukast. Det är olika från person till person hur fort man sedan tillfrisknar och kan börja arbeta igen.

De flesta blir helt friska från hepatit A. Inom tre månader brukar levern bli helt återställd.

Be alltid din läkare om råd om du behöver läkemedel för att lindra symtomen. Vissa läkemedel kan vara olämpliga om du har en leverinflammation. Det gäller även receptfria läkemedel.

Du får [lämna ett blodprov](#) på vårdcentralen om du har symtom på hepatit A. Blodprovet visar om viruset finns i blodet och om levern är påverkad.

Viruset påverkar inte fostret om du är gravid och får hepatit A. Det finns en liten risk att barnet får infektionen vid förlossningen om du som gravid är smittsam just då. Barnet får vanligtvis inga symtom, men kan föra viruset vidare under de veckor som infektionen pågår.

Levern finns högt upp under revbenen på höger sida. Levern tar bland annat hand om det gulfärgade ämnet bilirubin som finns i blodkropparna.

[Levern](#) renar blodet i kroppen, lagrar fett och socker och bryter ner vissa ämnen. Levern är också viktig för vissa hormoner och för blodets förmåga att stoppa blödningar.

Hepatit orsakar en inflammation i levern. Den gör att levern inte klarar av att bryta ner vissa ämnen, som alkohol och olika läkemedel.

Levern rensar bort det gula ämnet bilirubin ur kroppen. När levern är inflammerad klarar den inte det. Då kan du få gulaktig hud, gula ögonvitor och mörkare kiss än vanligt.

Det finns flera sorters hepatitsjukdomar som orsakas av virus. Det är hepatit A, [hepatit B](#), [hepatit C](#), hepatit D och hepatit E. Hepatit brukar även kallas för gulsot eftersom huden ofta blir gulfärgad om du får sjukdomen.

Hepatit A är inte en kronisk sjukdom, till skillnad från hepatit B, C och D som ibland kan orsaka kronisk hepatit. Kronisk innebär att man har sjukdomen i hela livet.

Den [gulsot](#) nyfödda barn kan få är inte hepatit och är inte smittsam.

Du kan [söka vård på vilken vårdcentral eller öppen specialistmottagning](#) du vill i hela landet. Ibland krävs det [remiss](#) till den öppna specialiserade vården.

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

Även barn ska få vara delaktiga i sin vård. Ju äldre barnet är desto viktigare är det.

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

LÄS MER

 [Folkhälsomyndigheten: Aktuell information om epidemier och utbrott](#)

Senast uppdaterad:

2024-05-28

Redaktör:

Klara Johansson, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Ann-Sofi Duberg, infektionsläkare, Universitetssjukhuset, Örebro

Illustratör:

Kari Toverud, certifierad medicinsk illustratör

Här kan du läsa om symtom och behandling vid sjukdomar i levern, gallan eller i bukspottskörteln. Det finns också information om när och var du ska söka vård.

Vissa smittsamma sjukdomar anses vara särskilt allvarliga. För att minska spridningen av de sjukdomarna finns det särskilda bestämmelser.

Hepatit B orsakas av ett virus som gör att du får en inflammation i levern.

Hepatit C är en leverinflammation som orsakas av ett virus. Sjukdomen överförs framför allt genom blod. Genom behandling med läkemedel kan de allra flesta med hepatit C bli friska.

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.

I

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).