



[Mun, läppar och tunga](#)

Herpes är ett mycket vanligt virus som finns i kroppen hos de flesta. Det kan ge munsår. Munsåret läker efter cirka en vecka, men kan komma tillbaka. Det finns behandling som lindrar. Undvik att pussas, kyssas eller ha munsex när du själv eller någon annan har munsår med blåsor.

Viruset kallas också herpes simplex och kan överföras till andra delar av kroppen. Då kan du få [herpes i underlivet](#) eller till exempel i ögonen.

Det är vanligt med blåsor, svullnad och smärta när du har herpes.

Herpesvirus kan orsaka munsår, med ömmande och vätskefyllda blåsor.

Det är vanligt med blåsor, svullnad och smärta när du har herpes.

Då kan du få följande symtom:

- Det blir rött och svullet.
- Det kan göra ont och kännas ömt.
- Det kan kännas pirrande, stickande och pulserande.
- Det kliar.

Efter några dagar bildas små vätskefyllda blåsor, som ofta sitter i grupp.

När man får herpes för första gången kan symtomen vara väldigt olika från person till person.

En del märker inga symtom alls. Andra får blåsor eller sår runt munnen som gör ont.

En del kan även få något eller några av följande symtom:

- hög feber
- ont i halsen
- svullna lymfkörtlar.

Första gången du får herpes kan du få feber i några dygn. Det kan även ta upp till tre veckor innan symtomen försvinner. Munherpes brukar inte ge några ärr.

De flesta är barn när de får herpes. Barn får framför allt svullet, rött och lättblödande tandkött och blåsor på tungan. De kan också få feber och svullna lymfkörtlar.

Tonåringar kan ibland få symtom som påminner om [halsfluss](#) när de får herpes. En del får inga blåsor alls.

Det händer att herpes överförs till ögat, men det är ovanligt. Då kan du få en inflammation i hornhinnan. Ögat blir då rött, gör ont och tåras.

Ungefär en av tre som smittas av viruset får herpes vid flera tillfällen. Ett vanligt första symtom är en pirrande och pulserande känsla i läpparna eller huden kring munnen om du får herpes på nytt.

Såren läker ofta inom en vecka om du får herpes på nytt.

Du kan ha herpes även utan att få symtom som munsår.

Undvik att peta på blåsorna och sårskorporna. De kan bli infekterade och då tar det längre tid för dem att läka. Undvik också att ha smink, vanliga hudkrämer eller vanliga plåster på såren. Såren läker bäst om de hålls så torra som möjligt.

Det finns antiviruskrämer och särskilda plåster som du kan använda på munsåren. De kan köpas receptfritt på apotek. Krämena och munsårsplåstren har viss effekt. De kan göra att du får mindre ont och att blåsorna läker fortare.

Krämena och munsårsplåstren fungerar bäst om du börjar använda dem redan när du börjar känna den stickande känslan av att ett munsår är på väg att komma. Krämena får användas från tolv års ålder.

Hur barnet mår avgör om barnet behöver vara hemma från förskolan eller skolan.

Barnet ska orka vara i en barngrupp hela dagen och delta i de vanliga aktiviteterna. Hen ska också ha varit feberfri i ett dygn utan att ha tagit febernedsättande läkemedel.

Herpes smittar framför allt genom pussar och kyssar.

Munsår överförs oftast när huden eller slemhinnorna kommer i direktkontakt med sekretet i en herpesblåsa.

Det brukar ta mellan två dagar och två veckor från att du har blivit smittad tills du får de första symtomen.

Det är störst risk att du överför viruset under de första dagarna som du har symtom, framför allt det första dygnet.

När blåsorna har börjat torka in och en sårskorpa har bildats minskar risken att du smittar.

Munsår kan också överföras strax innan du får symtom när viruset är precis under hudens yta. Då kan du ändå vara smittsam, utan att veta om det.

Det finns två typer av viruset. Typ 1 orsakade förr nästan bara blåsor runt munnen. I dag är typ 1 en vanlig orsak även till [herpes i underlivet](#). Typ 2 orsakar främst herpes i underlivet.

Herpes kan smitta även till andra delar av kroppen, som exempelvis ögonen.

Herpes stannar kvar i kroppen efter att du blivit sjuk första gången, även när besvären har gått över.

De flesta vuxna har eller har någon gång haft herpes. Ungefär en tredjedel har återkommande besvär. De nya perioderna med besvär kan komma om du har en infektion i kroppen, som exempelvis en förkylning.

Besvärerna kan ibland komma tillbaka om du är stressad, i samband med att du vistats i starkt solljus eller vid mens. Ibland kommer besvärerna utan att det finns någon tydlig orsak.

Om du en gång har smittats med herpes stannar viruset kvar i kroppen. Då kan du inte bli smittad igen, till exempel om du pussar någon som har munsår.

Ju äldre du blir desto mer sällan brukar besvärerna komma.

Det finns några saker du kan göra för att förebygga en period med munsår:

- Undvik att pussas och kyssas om du eller den andra personen har symtom på herpes.
- Använd en skärmmössa, solkräm eller solstift om du ska vara ute i starkt solljus.
- Tvätta händerna ofta och använd gärna handsprit för att undvika att viruset sprids till exempel om du tar någon i hand.
- Använd kondom eller slicklapp vid sex. Det ger inget säkert skydd, utan skyddar bara de delar av kroppen som täcks av kondomen eller slicklappen. Viruset kan överföras ändå om det finns utanför det området.

De allra flesta som får herpes runt munnen behöver inte söka vård eftersom besvärerna går över av sig själv.

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

- Du har symtom på herpes och har stora besvär.
- Munsåren är utbredda och variga.
- Munsåren har inte läkt efter tre veckor.
- Ett öga gör ont, blir rött och tåras.
- Du får herpes för första gången och är gravid.

Många mottagningar kan du kontakta genom att [logga in](#).

Kontakta genast en [vårdcentral](#) eller en [jouröppen mottagning](#) om du eller ditt barn har blåsor runt munnen och hög feber.

Kontakta genast en [vårdcentral](#) eller en [jouröppen mottagning](#) om du tror att ett barn som är yngre än sex veckor har herpes. 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.

Oftast räcker det att läkaren tittar på munsåret och att du beskriver dina symtom för att hen ska kunna säga att du har herpes.

Läkaren kan också ta ett prov från en blåsa eller sår för att se om det finns virus i området. Det görs med en bomullspinne.

I vissa fall kan du också få lämna ett blodprov. Det gäller bland annat om du är gravid.

Herpes går oftast över av sig själv inom en vecka och kräver oftast ingen behandling. Det finns heller ingen behandling som tar bort viruset, men det går att lindra symtomen.

Du kan få läkemedel på recept som hämmar viruset om du har svåra besvär eller är infektiöskänslig. Detsamma gäller om du har [eksem](#), som exempelvis böjveckseksem eller kontakteksem. Huden är då mer känslig för infektioner och det gör att utslagen sprider sig lättare.

Virushämmande läkemedel tar inte bort viruset men lindrar symtomen, hindrar spridningen och gör att infektionen läker snabbare.

En läkare kan skriva ut recept så att du har tabletter hemma om du har svåra besvär som är återkommande. Du ska börja med behandlingen redan under de första dygnet när symtomen kommer för att den ska ha bra effekt.

Undvik att röra vid såren som kommer efter blåsorna. Då tar det längre tid för såren att läka. Det kan också göra att du får en infektion i huden. Då blir huden svullen och såren kan bli variga. En sådan infektion kan behöva behandlas med antibiotika.

Det är mycket ovanligt men herpes kan sprida sig i kroppen och orsaka [hjärnhinneinflammation](#) eller hjärninflammation. Det är främst om du har kraftigt nedsatt immunförsvar på grund av en allvarlig sjukdom som det kan hända.

Kontakta en barnmorskemottagning om du får herpes för första gången när du är gravid.

Du kan få virushämmande läkemedel om du får herpes runt munnen för första gången i samband med eller strax efter förlossningen. Det minskar risken för att barnet ska få viruset. Ett nyfött barn kan få en allvarlig och besvärlig infektion. Det är ovanligt att nyfödda barn får herpes, men om det händer behandlas barnet med virushämmande läkemedel.

Tvätta även händerna ofta för att undvika att smitta barnet om du har munsår. Pussa inte barnet och undvik att barnet kommer i kontakt med munsåren.

Om du har haft herpes tidigare och får nya utbrott under graviditeten förs antikroppar över till barnet i magen. Då finns det ingen ökad risk att barnet ska bli sjukt. Följ ändå råden ovan.

Blåsor i munnen beror inte alltid på herpes.

Små [blåsor och sår i munnen](#) som ofta kommer tillbaka kan vara något som kallas afte, eller aftösa sår. Såren är ofta gulaktiga och kan precis som herpes göra ont. De smittar inte och läker av sig själv.

Blåsor i munnen kan också vara [höstblåsor](#).

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 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 till exempel har en hörselnedsättning](#).

UMO.se: Munsår -
herpes

Senast uppdaterad:

2024-05-30

Redaktör:

Katja Öster, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Kristina Lewis, hudläkare, Diagnostiskt Centrum Hud, Stockholm

Fotograf:

Fotogruppen vid Södersjukhuset, Stockholm

De flesta får någon gång blåsor eller sår i munnen. Det kan bero på en infektion eller att du har skadat dig i munnen, men ofta går det inte att veta vad besvären beror på. Risken för att få blåsor och sår i munnen ökar om du har muntorrhet under en längre tid eller använder vissa läkemedel.

Herpes i underlivet orsakas av ett virus och är mycket vanligt. Viruset överförs främst vid sex. De flesta som har herpes i underlivet får så lindriga symtom att de inte märker av det. Du kan inte bli av med viruset men det finns läkemedel som kan lindra om du har besvär.

Kroppens immunförsvar skyddar oss från bakterier, virus och andra främmande ämnen. De vita blodkropparna är viktiga för immunförsvaret.

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](#).