

Neste års russefeiring og vaksine mot meningokokksykdom (smittsom hjernehinnebetennelse)

En kombinasjon av tett samvær med andre, festing og lite søvn gjør at ungdom som deltar i russefeiring kan være mer mottaklige for smitte med meningokokkbakterien enn ellers og ha større risiko for å utvikle alvorlig sykdom. Folkehelseinstituttet anbefaler at ungdom som skal delta i russefeiring til våren vurderer å vaksinere seg med meningokokk A+C+W135+Y-konjugatvaksine (Menveo®). Vaksinen må betales av den enkelte og kan settes av fastlege, helsesøster eller på vaksinasjonskontor.

Les mer

I 2010 fikk Folkehelseinstituttet meldt ni tilfeller av smittsom hjernehinnebetennelse (meningokokksykdom) som kunne relateres til russefeiringen, og i 2011 fire tilfeller. Begge årene var det omtrent like mange tilfeller hos russ og hos ungdom som hadde festet med russen, eller gikk på samme skole som en smittet russ.

Det finnes ulike typer av meningokokkbakterien. Den vanligst forekommende typen blant russ har tidligere vært gruppe B, og den er det ikke tilgjengelig vaksine mot. De siste årene har et økende antall av sykdomstilfellene hos russ og andre unge vært forårsaket av gruppe C og Y. For disse meningokokktypene finnes det en effektiv og trygg vaksine.

Folkehelseinstituttet anbefaler derfor at ungdom som skal delta aktivt i russefeiring til våren vurderer å vaksinere seg med meningokokk A+C+W135+Y-konjugatvaksine (Menveo®). Selv om vaksinen ikke dekker alle typer av meningokokkbakterien kan den hindre en stor andel av meningittilfeller som kan oppstå i forbindelse med russefeiring. Etter vaksinasjon tar det omtrent to uker før vaksinen gir beskyttelse. Beskyttelsen varer i flere år. Det anbefales at vaksinasjonen utføres i god tid før russefeiringen begynner, gjerne allerede i høst.

Risikoen for å utvikle meningokokksykdom kan reduseres ved å følge disse rådene:

- Ta deg tid til å sove ut. Kroppen trenger å få hvile, det styrker motstandskraften.
- Ikke rop og skrik så mye at du blir hes og halsen sår. Dette gjør slimhinnene mer mottaklig for infeksjoner.
- Unngå å drikke av samme flaske/boks/glass som andre.
- Kyss bare kjæresten din.
- Ikke del sigarett med andre.
- Unngå for mye alkohol. Når du er beruset vil dømmekraften din reduseres, og symptomer på meningokokksykdom kan forveksles med tegn på for mye alkohol.
- Skaff lege dersom du tror vennene dine kan være syke. Ta ansvar for hverandre dersom noen er syke og har feber.