

Kynfæraáblástur

(Herpes)

Kynfæraáblástur, oft kallað herpes, er algengur kynsjúkdómur sem orsakast af herpes simplex veiru 1 (HSV1) og herpes simplex veiru 2 (HSV2).

- HSV1 smitast við snertingu og eru flestir fullorðnir smitaðir. Algengast er að veiran valdi áblæstri, svo kölluðum frunsum á vörum eða nálægt nefi en veiran getur einnig smitast við munnmök og valdið kynfæraáblæstri.
- HSV2 smitast nær eingöngu við kynmök og getur valdið kynfæraáblæstri (herpes). Minnst einn af hverjum tíu fullorðnum eru smitaðir af veirunni.

Herpesveirur, bæði HSV1 og HSV2, eru ævilangt í líkamanum. Eftir smit leggjast þær einkennalaust í dvala í taugafrumum en geta stundum fjölgað sér, færst eftir taugum upp á yfirborð húðar eða slímhúðar og valdið þar tímabundnum óþægindum. Við endurvakningu er einstaklingur líka smitandi og þannig berst veiran á milli manna.

Smitleiðir

Kynfæraáblástur smitast með snertingu við sýkta húð, slímhúð eða vessa frá munni eða kynfærum sem verður við samfarir, munnmök eða endaparmsmök. Veirurnar geta einnig borist frá móður til barns við fæðingu.

Oftast smitast kynfæraáblástur (HSV2) einungis frá kynfærum yfir á kynfæri þó veiran geti einnig sýkt aðrar slímhúðir. Varaáblástur (HSV1) getur smitast á kynfæri við munnmök og með kossum. Varaáblástur getur smitast frá fullorðnum til barna við almenna umönnun. Hvorki vara- né kynfæraáblástur smitast milli manna af klósettsetum, handklæðum eða borðbúnaði.

Smit verður líklegra þegar sár eru sýnileg en veiran getur þó verið til staðar á húð- eða slímhúð án einkenna og smitast til annarra. Flestir sem smita aðra eru einkennalausir eða einkennalitlir og vita ekki að þeir eru sýktir.

Einkenni frumsýkingar

Margir eru einkennalausir eða með svo væg einkenni að þeir átta sig ekki á því að um kynfæraáblástur sé að ræða. Þeir sem fá einkenni fá eina eða fleiri blöðrur í þyrpingu á eða umhverfis kynfæri, endaparm eða munn. Frá upphaflegu smiti fram að fyrstu einkennum líða oftast um fjórir dagar en það geta verið á bilinu tveir til tólf dagar.

Blöðrurnar springa og skilja eftir sig sársaukafull sár. Smiti geta einnig fylgt almenn veikindi með hita, höfuðverk og beinverkjum. Önnur einkenni geta verið eitlastækkanir í nárum og mikill sviði við þvaglát. Einkenni ganga alltaf yfir á tveimur til fjórum vikum og veiran leggst í dvala.

Endurvakning einkenna

Þegar herpesveirur vakna upp af dvala fjölga þær sér í taugafrumum og ferðast upp á yfirborð húðar eða slímhúðar. Endurvakning er oft einkennalaus en kynlífsfélagi getur þó smitast. Ef einkenna verður vart eru þau svipuð og við fyrstu sýkingu en mun vægari og ganga hraðar yfir.

Endurvakning veira á kynfærum er oftast vegna HSV2. Við það fá sumir fyrirboða með staðbundnum verk eða ertingu á litlu svæði á kynfærum eða með skörpum verk í fótlegg, mjöðm eða rasskinn. Það getur gerst nokkrum klukkustundum eða dögum áður en blöðrur myndast. Endurvakningum kynfæraáblásturs fækkar oftast með árunum. HSV1 veldur sjaldan endurteknum einkennum á kynfærum en endurvakning veirunnar er algeng á vörum. Takmarkaðar rannsóknir eru til um ástæðu þess að HSV veirur vakna af dvala. Talið er að álag og streita geti haft áhrif en einnig núningur vegna kynlífs eða fatnaðar. Sólarljós getur valdið endurvakningu einkenna á vörum.

Greining

Kynfæraáblástur er greindur með læknisskoðun en til staðfestingar er hægt að gera svo kallað erfðaefnispróf með stroksýni sem tekið er frá blöðru. Erfðaefnisprófið segir til um hvort sýkingin sé af völdum HSV1 eða HSV2. Svar fæst yfirleitt innan fárra daga. Hafa þarf í huga að taka þarf sýnið frá blöðrusvæði sem fyrst eftir að einkenna verður vart til að áreiðanleg niðurstaða fáið. Það getur því þurft að bíða eftir því að einkenna verði vart á ný til að staðfesta greiningu. Ekki er hægt að greina kynfæraáblástur með blóðrannsókn.

Meðferð

Almennt er hvorki þörf á læknisskoðun né meðferð við kynfæraáblæstri því einkenni ganga yfir án meðferðar. Veirulyf geta dregið úr einkennum ef þau eru tekin snemma. Þegar blöðrur eru sprungnar og sár farin að gróa skilar lyfjameðferð litlum árangri. Veirulyfið sem mest er notað inniheldur valaciklónir og fæst í apóteki án lyfseðils. Mikilvægt er að huga að hreinlæti og þvo sýkta svæðið með volgu vatni og mildri sápu og hreinsa hendur vel eftir að hafa snert blöðrur eða sár. Ef sársauki er við þvaglát getur hjálpað að bera fyrst á sig deyfigel, til dæmis Xylocain, sem fæst án lyfseðils í apóteki og pissa síðan í volgt vatn í bala eða baðkari. Ef ekki tekst að pissa getur þurft að leita á læknavakt eða bráðmóttöku. Ef endurvakningar eru tíðar og valda endurteknum óþægindum er ráðlagt að leita læknis því hægt er að taka veirulyf til að fyrirbyggja einkenni.

Kynfæraáblástur og meðganga

Herpesveirur geta borist frá móður til barns við fæðingu og valdið sýkingu hjá nýbura. Áhætta er mest ef móðirin smitast á síðasta þriðjungi meðgöngu en áhætta er talin lítil hjá mæðrum með einkennalaus eða einkennalítla endurvakningu. Ef grunur er um frumsýkingu á meðgöngu verður að leita sem fyrst til læknis eða ljósmóður til greiningar og meðferðar til að fyrirbyggja smit hjá nýbura.

Eftirlit og skimun

Almennt er ekki skimað fyrir kynfæraáblæstri. Kynfæraáblástur er ekki tilkynningarskyldur sjúkdómur og því ekki skylt að láta kynlífsfélaga vita af sýkingu. Mælt er með því að stunda ekki kynlíf frá því fyrstu einkenna verður vart og þar til einkenni eru gengin yfir til að draga úr líkum á smiti. Hafa þarf í huga að einkennalaus endurvakning getur líka valdið smiti. Kynfæraáblástur er algengur og ekki þörf á reglubundnu eftirliti nema við endurtekin slæm köst. Smokkur kemur ekki í veg fyrir smit en getur dregið úr líkum á smiti. Rétt er að nota smokk í upphafi sambanda og við skyndikynni.

Upplýsingar og ráðgjöf

Ef grunur vaknar um kynfæraáblástur má leita til göngudeildar húð- og kynsjúkdóma í gegnum Landspítalaappið og óska þar eftir símaráðgjöf. Oftast er hægt er að fá ráðleggingar í síma og skoðun hjá heilbrigðisstarfsmanni samdægurs eða næsta virka dag. Kynfæraáblástur getur aukið líkur á því að smitast af öðrum kynsjúkdómum og því er ráðlagt við fyrstu sýkingu að láta einnig skima fyrir öðrum algengum kynsjúkdómum. Frekari upplýsingar eru á heimasíðu göngudeildar húð- og kynsjúkdóma og í Landspítalaappinu.