

Tilbud om gratis vaksine mot smittsom hjernehinnebetennelse (ACWY-vaksine)

- **Til hvem:** Alle vg1-elever i Stavanger (som ikke har tatt denne vaksinen tidligere), + elever i vg2 og vg3 som ikke har tatt vaksinen tidligere
- **Når: 4/2-26**
- **Hvor:** På skolen, sammen med klassen.
- **Pris:** Gratis!
- **Hva må du sjekke før vaksinasjonen:** Om du har fått vaksinen før! Dette kan du sjekke ved å logge deg inn på www.helsenorge.no: søk på "Vaksiner". Vaksinen heter Nimenrix og beskytter mot meningokokk A, C, W, Y.
 - **Har du reagert allergisk på vaksine tidligere, ta kontakt med helsesykepleier på skolen før vaksinedagen**
- **På vaksinasjonsdagen:**
 - Dersom du har feber eller er gravid, utsettes vaksinasjonen.
 - Spis litt på morgenen/før vaksinasjonen.
 - Ha på deg t-skjorte.
 - Vaksinasjon kan gi kortvarige bivirkninger hos noen, som rødhet og ømhet på stikkstedet og uvelfølelse med hodepine eller kvalme.

[informasjonsark-bm-vaksine-smittsom-hjernehinnebetennelse-ungdom2.pdf \(fhi.no\)](#)

[infoark-engelsk-vaksine-hjernehinnebetennelse.pdf](#)

Hvorfor er ungdom 16-19 år spesielt utsatt?

- Friske ungdommer har oftere meningokokker i halsen enn andre. I tillegg deltar de i aktiviteter som øker risikoen for smitte og for å bli alvorlig syke, for eksempel tett samvær med andre ungdommer over flere dager, festing, høyt alkoholforbruk, deling av flasker og sigaretter, aktiv eller passiv røyking og lite søvn. I Norge gjelder dette spesielt russefeiring, men kan også være aktuelt ved festivaler, idrettssamlinger, ungdomsleir o.l.

Hvordan kan man beskytte seg?

- Risikoen for å utvikle meningokokksykdom er lavere hvis du ikke deler flasker og glass med andre, får nok søvn, har et lavt alkoholforbruk og unngår røyking. Siden sykdommen utvikler seg raskt er det svært viktig å komme tidlig til sykehus. Fyllesyke, utmattelse og meningokokksykdom kan likne på hverandre. Pass på hverandre og ta kontakt med helsepersonell dersom du tror noen av vennene dine kan være syke, særlig hvis de har nedsatt bevissthet.
- Vaksinere seg mot meningokokksykdom. Folkehelseinstituttet anbefaler at ungdom i alderen 16–19 år som deltar i aktiviteter som beskrevet ovenfor vaksinerer seg mot meningokokksykdom. Etter gjennomført vaksinasjon tar det omtrent to uker før vaksinen gir beskyttelse. Beskyttelsen varer i ca. 5-10 år, slik at vaksinasjon tidlig i videregående skole vil gi beskyttelse i russetiden og ved reiser senere i ungdomstiden.

Skal du reise til land utenfor Norden bør også meningokokk B-vaksinasjon vurderes. Det er økt risiko for smitte for meningokokkbakterien ved russeturer og reiser som inkluderer festing, og tett samvær med andre ungdommer over flere dager. Dersom du tror at denne vaksinen kan være aktuell for deg, kontakt et vaksinasjonskontor eller fastlegen din. Denne vaksinen er ikke gratis og man må ha 2 doser.

Dersom du lurer på noe, ta kontakt med helsesykepleier på skolen.

Mvh Stavanger kommune