

Ebola: informasjonsark til kontakter

Hva er ebola?

Ebolavirus sykdom, tidligere kalt ebola hemoragisk feber, er en alvorlig sykdom med høy dødelighet; 40 – 90 % av de syke har dødd i tidligere utbrudd. Alvorlig syke pasienter trenger intensivbehandling på sykehus med strenge smittevernrutiner.

Hvor finnes ebola?

Ebolautbrudd forekommer som regel i avsidesliggende landsbyer i Sentral-Afrika, nær tropisk regnskog. Siden desember 2013 har det pågått et stort utbrudd i Vest-Afrika inkludert Guinea, Liberia og Sierra Leone.

Hvordan kan du bli smittet med ebola?

Smitte til mennesker kan sannsynligvis skje fra infiserte ville dyr (flaggermus, gnagere, aper). Store flaggermus (flyvehunder) antas å være reservoar for ebolavirus. Smitte mellom mennesker skjer gjennom direkte kontakt med blod og andre kroppsvæsker (som oppkast, avføring, spytt, sæd) fra syke, eventuelt døde personer.

Ved utbrudd rammes særlig familiemedlemmer og helsepersonell som har behandlet syke. Vanlige turister er lite utsatt for smitte. Ebola smitter først når personen har utviklet symptomer og ebola smitter ikke via luft.

Hvor lenge kan du være smittet før du utvikler symptomer?

Tiden fra smitte til symptomer oppstår er 2-21 dager, vanligvis 8-12 dager.

Hva er symptomene på ebola?

Tidlige symptomer på ebola er feber, slapphet, oppkast, diaré, dårlig appetitt, hodepine, magesmerter, muskel- og leddsmerter. I tillegg kan øyekatarr, sår hals og utslett forekomme.

Hvordan diagnostiseres ebola?

Tidlige symptomer på ebola kan ligne på mange andre infeksjonssykdommer (bl.a: malaria, tyfoidfeber, shigellose og kolera) slik at diagnosen ikke kan stilles uten laboratorietester. Ebola diagnostiseres ved hjelp av blodprøve fra personer som har symptomer på ebola, etter nærmere vurdering av lege.

Det er ikke hensiktsmessig å teste personer som ikke har symptomer på ebola, fordi virus ikke kan påvises før symptomer oppstår.

Kan ebola behandles?

Det finnes ingen spesifikk behandling eller vaksine mot ebola, men man gir støttebehandling som intravenøs væske og oksygentilførsel.

Det er flere medikamenter og vaksiner under utvikling, men ingen av disse er per i dag godkjente og tilgjengelige for medisinsk bruk.

Hemoragisk feber er i smittevernloven definert som en allmennfarlig smittsom sykdom. Det betyr at Folketrygden dekker alle utgifter til legehjelp ved undersøkelse, behandling og kontroll av ebola.

Kan du ha vært utsatt for ebolasmitte?

Det er **meget lav risiko** for at du har blitt utsatt for ebolasmitte hvis du har:

- Oppholdt deg på samme sted som pasient med mistenkt ebola, men ikke vært i nær kontakt med vedkommende eller i kontakt med pasientens kroppsvæsker (f.eks. reist med samme transportmiddel, men sittet mer enn 1 meter fra den syke).

Det er **lav risiko** for at du har blitt utsatt for ebolasmitte hvis du har:

- Hatt nær kontakt (<1 meter) med pasient med mistenkt ebola (f.eks. sittet nær pasienten på fly eller arbeidet med ebola under organiserte forhold med adekvat beskyttelsesutstyr og korrekt bruk).

Det er **høy risiko** for at du har blitt utsatt for ebolasmitte hvis du har hatt:

- Nær kontakt (<1 meter) med pasient med mistenkt ebola som kaster opp, hoster, har blødninger eller diaré, uten å bruke tilstrekkelig/adekvat beskyttelsesutstyr.
- Direkte kontakt med blod eller andre kroppsvæsker fra pasient med mistenkt ebola.

Hva skal du gjøre?

Følgende tiltak anbefales **i de første 21 dagene etter siste mulige eksponering**, eller til ebola avkrefte. Du vil bli kontaktet så snart prøvesvaret fra personen med mistenkt ebola foreligger, vanligvis innen en uke.

Dersom det er **meget lav risiko** for at du har blitt utsatt for ebolasmitte:

- Ring 113 eller lege dersom du får feber eller andre symptomer forenlige med ebola.

Dersom det er **lav risiko** for at du har blitt utsatt for ebolasmitte:

- Mål kroppstemperaturen morgen og kveld.
- Ring 113 eller lege dersom du får feber eller andre symptomer forenlige med ebola.
- Du bør ikke utføre risikofylte invasive prosedyrer (kirurgi der fingre/nål/skarpe instrumenter samtidig er i bruk i dårlig visualiserte områder).
- Du skal være tilgjengelig for oppfølging og frarådes derfor å reise utenlands.

Dersom det er **høy risiko** for at du har blitt utsatt for ebolasmitte:

- Mål kroppstemperaturen morgen og kveld.
- Ring umiddelbart din kontaktlege eller 113 dersom du får feber eller andre symptomer forenlige med ebola. Du vurderes for innleggelse dersom du får slike symptomer.
- Du bør ikke utføre risikofylte invasive prosedyrer (kirurgi der fingre/nål/skarpe instrumenter samtidig er i bruk i dårlig visualiserte områder).
- Du skal være tilgjengelig for oppfølging og frarådes derfor å reise utenlands.
- Det frarådes at du utfører arbeid eller andre aktiviteter som medfører nær kontakt med mange mennesker og sykemelding kan bli aktuelt.

Hvor kan du finne mer informasjon om ebola?

Folkehelseinstituttet: <http://www.fhi.no/tema/ebola>

Verdens helseorganisasjon: <http://www.who.int/csr/don/en/>

***Hvis du er syk med feber, hodepine, smerter i kroppen, oppkast eller diaré og er bekymret for om du kan være syk med ebola, ring 113.
Du skal ikke møte direkte opp på legevakt, sykehus eller hos fastlege.***