

## Information till personal som kan vara exponerad för mässling

Till dig som arbetade på .....den .....

Vi vill uppmärksamma dig på att du kan ha utsatts för smitta med mässling. Sjukdomen smittar via luften och kan vara mycket smittsam.

Var uppmärksam på symtom som liknar mässling mellan följande datum:

Från: ..... Till: .....

### Symtom på mässling

Mässling börjar med hosta, feber och ögonbesvär. Efter ungefär 3–4 dagar kommer utslag (röda prickar) som brukar börja i ansiktet och sedan sprida sig till resten av kroppen. Smittan kan överföras till andra från 4 dagar före till och med 4 dagar efter att utslagen börjat. Tiden från smitta till symtom är vanligtvis 10–12 dagar, men kan vara 7 till 21 dagar efter smitta.

### Skydd mot mässling

Personer som haft mässling eller blivit vaccinerade mot mässling bedöms ha ett gott skydd mot sjukdomen. Om du är född i Sverige före 1960 har du oftast haft mässling och är därmed immun. Är du född i Sverige mellan 1960-1980 kan du ha haft mässling, fått en vaccindos eller två vaccindoser. För att vara säkert immun krävs två vaccindoser. Om du är född efter 1980 och följt det svenska vaccinationsprogrammet har du fått två doser mässlingsvaccin. Om du är född utomlands efter 1960 behöver individuell bedömning göras.

### Provtagning, vaccination och avstängning

Om du inte säkert är immun mot mässling kan din chef be dig lämna ett blodprov för att kontrollera immuniteten. Om du inte är immun bör du vaccinera dig mot mässling. Om du är gravid ska din chef göra en särskild bedömning.

### Vad ska jag göra om jag får symtom?

Vid misstänkta mässlingssymtom kontakta sjukvården, i första hand via 1177, för att få råd. Berätta att du kan ha utsatts för smitta med mässling. Du får då information om hur du ska göra för att få vård och för att minska risken att smitta andra. Sök **inte** direkt till en hälso- eller vårdcentral, akut- eller jourmottagning utan föregående telefonkontakt. Undvik allmänna väntrum på vårdinrättningar. Stanna hemma från arbetet samt undvik kollektivtrafik. *Visa gärna detta brev vid kontakt med sjukvårdspersonal!*

Mer information om [mässling](#) och [vaccination mot mässling](#) finns på 1177.se.

Med vänlig hälsning,

Namn: ..... Enhet:..... Tel.....