

Allergiska ögon- och näsbesvär- telefonrådgivning BoU

Förekomst Cirka 15 % av skolbarn. Debutålder ofta 3-25 år, sällsynt från 1-2 år.

Symptom

- Klåda och rinnande ögon, rodnad och svullen bindehinna. Uteslut ögoninflammation.
- Klåda i näsan, nysningar, nästäppa, rinnsnuva.
- Associerade symptom: Astma, urtikaria, försämring av eksem, klåda i gom, trötthet.
- Ärftlighet och tidigare atypiska symptom stärker diagnosen. Debutålder ofta 3-25 år.

Utredning

- Barn med lindriga besvär under enbart pollensäsong behöver inte utredas.
- Barn med måttliga eller svåra besvär trots multipel medicinering under pollenperiod (framför allt om besvär under både vår och sommar) bör utredas.
- Barn med besvär även utanför pollenperioden bör utredas.

Allmänna råd

- Undvika att utsätta sig för det man är allergisk mot i största möjliga utsträckning.
- Börja med mediciner vid begynnande symptom eller när pollenprognosen visar att pollen är på gång.
- Torka inte tvätt utomhus under pollensäsong.
- Vädra när pollenhalten är som lägst, natten, tidig morgon eller efter regn.
- Duscha och tvätta håret innan sänggående.
- Undvik djurkontakt då de har mycket pollen i pälsen.
- Vid höga pollenhalter kan det vara olämpligt att springa, cykla mm utomhus, framför allt om du har astma.

Behandling

Bäst effekt erhålls om man påbörjar behandlingen innan besvären är uttalade.

Barn med lätta till måttliga besvär klarar sig i många fall enbart på antihistamin peroralt.

Perorala antihistaminer receptfria

Preparat	Antal	Anmärkning	Dosering
Cetirizin tablett. 10 mg	14/30 st.	Samma substans som Zyrlex	2-6 år ½ tablett x 1 > 6 år 1 tablett x 1 Alternativt ½ tablett x 2
Desloratadin tablett 5 mg	14/28 st.	Samma som Clarityn	6-12 år ½ tablett x 1 >12 år 1 tablett x 1
Clarityn sirap 1 mg/ml	120 ml	Samma substans som Loratadin	>2 år 5 ml x 1 > 30 kg 10 ml x 1

Receptbelagt: **Aerius** från 1 års ålder.

Ögondroppar receptfria

Vid enbart ögonbesvär kan man prova enbart lokalbehandling, ögondroppar har i allmänhet god verkan direkt. Regelbunden förebyggande behandling är viktig vid svårare besvär. Låt barnet ligga på rygg och blunda, droppa i mediala ögonvrån och låt sedan barnet öppna ögonen.

Preparat	Antal	Anmärkning	Dosering
Livostin 0,5 mg/ml	4 ml	Antihistamin	1 droppar x 2 (-4) oberoende av ålder
Lomodul 20 mg/ml	5 ml	Na-kromoglikat	1-2 droppar x 4 oberoende av ålder
Lomodul 40 mg/ml	1 dos	Na-kromoglikat	1-2 droppar x 2 oberoende av ålder

Receptbelagt: **Emadine** från 3 år. **Opatonol** från 3 år.

Nässpray receptfria

Vid mycket nysningar och rinnsnuva kan man prova Livostin nässpray som är ett lokalt verkande antihistamin. Rekommenderas även till patienter som har problem med näsblödning som biverkan av nasala steroider. Vid besvärande nästäppa kan man från 6 års ålder lägga till kortisonspray.

Preparat	Antal	Anmärkning	Dosering
Livostin 50 µg/dos	15 ml	Antihistamin	2 doser i vardera näsborren x 2
Mometason 50 µg/dos	60/140 doser	Kortison	> 3år, 1 dos i vardera näsborren x 1 > 12 år, 1-2 doser x 1
Desonix 32 µg/dos	120 doser	Kortison	> 6 år, 2 doser i vardera näsborren x 2 tills effekt. Därefter 1 dos i vardera näsborren x 1-2.

AIT (allergivaccination) kan bli aktuell vid måttliga - svåra besvär trots adekvat medicinering, tidigast från 5-6 års ålder.

Viktigt att dokumentera i journalen vad vi rekommenderat.

Fet stil = står på läkemedelslistan.

Goda råd vid pollenallergi

Följ pollenrapporten- för att bättre styra behandling och utevistelse. Lokal pollenrapport finns i dagstidningen, i lokalradion, text-tv eller på internet- www.pollenrapporten.se

Ta medicinen i tid. Börja så snart du märker besvären och håll på under hela den aktuella pollenssäsongen för din pollenallergi.

Vädra när pollenhalten är som lägst på dygnet. Natten, tidig morgon eller efter regn.

Torka inte tvätt utomhus under pollenssäsongen.

Undvik djurkontakt eftersom de ofta har mycket pollen i pälsen.

Vid höga pollenhalter kan det vara olämpligt att sprina, cykla m.m. utomhus, framför allt om du även har astma.

Tvätta håret på kvällen för att skölja bort pollen.

Mer information finns på www.1177.se