

## Till dig som har ont i bihålorna

Vid en vanlig förkylning blir slemhinnorna i näsan och bihålorna svullna och det kan finnas vätska i bihålorna. Därför kan du få slem, tjock snuva och värk från bihålorna. De yngsta barnen får vanligen mellan sex och åtta förkylningar per år. Vuxna är förkylda två till tre gånger per år eller oftare om de har nära kontakt med barn. Antibiotika har ingen effekt mot förkylning.

Bihåleinflammation är en inflammation i näsa och bihålor ofta orsakad av virus eller bakterier. Det finns även andra orsaker till inflammation som allergi och överkänslighet. De flesta bihåleinflammationer som orsakas av virus eller bakterier läker ut av sig själv.

### Vuxna

Vuxna som är förkylda i mer än tio dagar med färgad snuva och svår värk i kinder/tänder kan ha nytta av antibiotika. Det gäller i första hand om läkaren vid undersökningen också finner tjock varig snuva i näshålan och om besvären är ensidiga.

Vid måttlig bihåleinflammation har antibiotika i regel ingen effekt. Vid svår bihåleinflammation som bekräftats med röntgenundersökning eller ultraljud kan utläkningstiden förkortas med fyra till fem dagar. Besvären är ofta långvariga, två till tre veckor, oavsett om antibiotikabehandling ges eller inte.

### Barn

Infektioner i barndomen är ett viktigt led i uppbyggnaden av immunförsvaret. Barn har därför ofta förkylningar och färgad snuva under lång tid. Antibiotikabehandling gör ingen nytta vid dessa tillstånd. Ensidig långvarig snuva hos små barn kan även bero på att en främmande kropp till exempel en pärla eller ett annat litet föremål fastnat i näsan.

### Goda råd

- Nässköljningar med ljummet vatten eller koksaltlösning kan lindra besvären.
- Avsvällande nässprayer kan användas om man har besvärlig nästäppa, dock i högst tio dagar.
- Smärtstillande läkemedel kan tas vid behov, t.ex. paracetamol eller ibuprofen.
- Nässpray med kortison kan ha effekt hos vuxna särskilt om man är allergisk eller har annan överkänslighet i näsan.

### Antibiotikabehandling

Om antibiotika behövs används i första hand penicillin.

Det är inte bra att ta antibiotika i onödan då de nyttiga bakterierna du bär på slås ut. Antibiotika kan ge biverkningar såsom diarré och utslag. Dessutom bidrar antibiotika till att bakterier blir motståndskraftiga (resistenta) så att antibiotika inte fungerar när det verkligen behövs vid allvarliga bakterieinfektioner.

### Att vara uppmärksam på

*Barn:* Hög feber, slöhet och svullnad/rodnad över en bihåla eller i ögonvrån är några tecken som innebär att man bör söka läkarvård akut.

*Vuxna:* Allvarliga komplikationer är ytterst sällsynta. Svår värk, svullnad i ansiktet och/eller hög feber är tecken på att man ska söka läkarvård akut. Om man har långdragna besvär från bihålorna, i tre till fyra veckor eller mer, bör man söka läkare.