

# Pollenallergi Lathund - Instruktion - Hälsa- och sjukvård Region Gävleborg

<b>Titel:</b> Pollenallergi Lathund	<b>Dokumentkategori:</b> Instruktion	<b>Omfattning:</b> Hälsa- och sjukvård Region Gävleborg
<b>Dokumentägare:</b> Enhetschef läkemedelsenheten	<b>Dokumentansvarig:</b> Farmaceut läkemedelsenheten	<b>Beslutsinstans:</b> Enhetschef läkemedelsenheten
<b>Diarienummer:</b>		<b>Datum för översyn:</b> Se giltig t.o.m.

## Generella råd

Egenvård rekommenderas i första hand. Receptförskrivning endast vid långvariga/kraftiga besvär.

Följ pollenrapporter (<http://pollenrapporten.se>), sov med stängda fönster, om behov av vädring -gör det efter regn och nattetid, häng inte tvätt ute, undvik kontakt med husdjur som har varit ute och fått pollen i pälsen, skölj näsan med koksaltlösning, undvik rökiga miljöer. Medicinera i tid.

## Ögonbesvär – ögondroppar

Kromoglicinsyra	40 mg/ml	1-2x2 i vardera öga
Levokabastin (antihistamin)	0.5 mg/ml	1x2 kan ökas till 4 ggr dagligen

Det är även möjligt att kombinera kromoglicinsyra med antihistamin.

## Näsbesvär - nässprayer

Mometason (steroid)	50 µg/dos	från 12år 2-1x1 3-11år 1x1
Levokabastin (antihistamin)	50 µg/dos	2x2
Azelastin/Flutikason (antihistamin/steroid)	125/50 µg	från 12år 1x2

## Orala antihistaminer

Loratadin	10 mg	från 6år 1x1 <sup>1</sup> Sirap <a href="#">Clarityn 1 mg/ml</a> från 2år dos enligt vikt, se FASS
Desloratadin	5 mg	från 12år 1x1 <sup>1</sup> Oral lösning Desloratadin <a href="#">0,5 mg/ml</a> 1-5år 2,5 ml x1 från 6år 5 ml x1 eller munsönderf. tablett <a href="#">2,5 mg</a> 1x1 (recept)

<sup>1</sup>Vuxna kan på läkarordination ta en extra tablett *loratadin* eller *desloratadin* på kvällen (är ej enligt FASS)

Som alternativ när ovanstående antihistaminetabletter inte ger tillräcklig effekt, finns Fexofenadin 120 mg. Dock är priset betydligt högre.

Om otillräcklig effekt med enbart antihistaminetablett, nässpray eller ögondroppar -kombinera dessa. Nasala steroider är effektivare än perorala antihistaminer mot nästäppa.

[Gravida](#) och [ammande](#); se janusinfo.se. För gravida är *loratadin*, *desloratadin* och *fexofenadin* säkrare än *cetirizin*, enligt janusinfo.se.

Barn; se FASS före rådgivning och receptförskrivning.

**Generella besvär:** trötthet, huvudvärk, klåda i halsen, sveda på tungan, eksem i ansikte, allmän sjukdomskänsla. Alltid antihistaminetablett samt ögondroppar och/eller nässpray. Om otillräcklig effekt – prova annan substans och kombination samt se över levnadsvanor enligt råden ovan. Är även detta otillräckligt - läkarbesök. Recept T.Prednisolon 5 mg 5x1 i 3-5 dagar vid svåra besvär alt. 1-3x1 de dagar då besvären är extra svåra. Om svårt att svälja tabletter; T. Betapred 0,5 mg 2-5x1 i 3-7 dagar vid svåra besvär alt 1-3x1 de dagar då besvären är extra svåra. Depo-Medrol ska ej ges! En dos Betapred har kvardröjande effekt i åtminstone 48 timmar. Prednisolon har kortare effektduration; 12-36 timmar.

Vid svåra besvär där optimal symtomlindrande behandling inte ger tillräcklig effekt bör remiss för AIT övervägas.

**Astmatiska besvär:** Se behandlingsrekommendationer för astma.