



Till dig som har förkylning

FÖRKYLNING MED SNUVA, HOSTA OCH HALSONT KAN VARA NOG SÅ BESVÄRLIGT ÄVEN OM VI SÄGER ATT DET BARA ÄR EN VANLIG FÖRKYLNING. HÄR KOMMER ÅTTA VANLIGA FRÅGOR OCH SVAR OM FÖRKYLNING.

Vad är förkylning?

Förkylning är vår vanligaste infektion och orsakas av virus. Vanliga symtom är snuva, hosta, halsont och feber. Det brukar ta 7–10 dagar att bli frisk. Vissa symtom som hosta kan sitta i upp till några veckor.

Hur vanliga är förkylningar?

Barn får fler förkylningar än vuxna, ofta 6–10 stycken om året. Vuxna har ofta 2–3 förkylningar om året eller fler vid nära kontakt med barn.

Vad finns det för botemedel?

Det finns ingen medicin som kan bota en förkylning. Däremot är det ibland möjligt att lindra symtomen. Om du har snuva och nästäppa kan avsvällande nässprayer lindra besvären. Hostmediciner kan prövas men har oftast tveksam effekt. Febernedsättande och smärtstillande medel kan prövas vid behov.

Varför hjälper inte antibiotika vid förkylning?

Det är meningslöst att ta antibiotika, exempelvis penicillin, om du är förkyld. Det beror på att antibiotika bara bekämpar bakterier och inte har någon effekt på förkylningsvirus. Förkylningar, luftrörskatarr och även flera andra luftvägsinfektioner klarar kroppen av att läka på egen hand.

Är det skadligt att ta antibiotika?

Det är inte bra att ta antibiotika i onödan. De nyttiga bakterierna du bär på slås ut och kan ge plats åt sjuk-

domsframkallande bakterier. Antibiotika kan ge biverkningar som diarré och hudutslag. Dessutom kan bakterierna lättare bli resistenta, det vill säga de lär sig att stå emot antibiotika om det används för mycket.

Antibiotika är våra viktigaste vapen för att kunna behandla svåra bakterieinfektioner som annars kan ha dödlig utgång. Antibiotika är också en förutsättning för många andra behandlingar som stora operationer och cancerterapi.

Ju mer antibiotika vi använder, desto större är risken för resistenta bakterier.

När behövs antibiotika?

Kroppens egna immunförsvar är effektivt också mot många vanliga bakterieinfektioner till exempel öroninflammation, bihåleinflammation och halsfluss. Vid de flesta av dessa infektioner bidrar antibiotika blygsamt eller inte alls till en snabbare läkning. Vid lunginflammation däremot har antibiotika avgörande effekt och kan ibland vara livräddande.

I Sydeuropa används mer antibiotika än i norra Europa och problemen med resistenta bakterier är betydligt större där.

När behöver du kontakta sjukvården?

Snuva: Vid en bihåleinflammation har vuxna oftast varig snuva i mer än 10 dagar och samtidig påtaglig smärta över kinder och tänder. Först då kan antibio-

Vänd bladet

tika göra nytta. Barn kan ha varig snuva under lång tid utan att det behöver vara bihåleinflammation.

Hosta: Vid samtidig hög feber, påtaglig sjukdomskänsla, andningsbesvär, snabb andning eller ont vid inandning. Det kan vara en lunginflammation som i så fall nästan alltid behandlas med antibiotika eftersom infektionen kan bli allvarlig.

Halsont: När det smärtar att svälja utan samtidigt påkommen snuva och hosta. Man kan dock avvakta några dagar om man i övrigt är frisk och inte har stora svårigheter att äta eller dricka.

Öronont: Om barn har värk i örat som inte går över, sök läkare inom ett dygn. Får barnet ont i örat på kvällen räcker det ofta att ge något smärtstillande och gå till läkaren dagen därpå om smärtorna är kvar eller barnet inte mår bra. Vid öroninflammation kan man behöva penicillin om barnet är under ett år eller över tolv år. Hos barn som är mellan ett till tolv år kan man efter läkarbedömning avvakta med penicillin, då de allra flesta öroninflammationer läker av sig själva.

Feber: Vuxna som har hög feber eller påtaglig sjukdomskänsla i mer än 4–5 dagar i samband med förkylning. Kortare tid för små barn.

Om du känner dig orolig för infektionen: Sök sjukvården och be om en medicinsk bedömning. Kan jag ha nytta av antibiotika? Är nyttan i så fall större än riskerna?

Hur undviker du smitta?

Du kan minska risken att bli förkyld eller att smitta andra genom att tvätta händerna ofta i förkylningstider. Är du förkyld kan du undvika att ta folk i hand. Se till att nysa och hosta i armvecket och använd pappersnäsdukar för engångsbruk.

MER INFORMATION på 1177.se

Mer att läsa om vård och hälsa finns på 1177.se. Det är landstingens och sjukvårdsregionernas egen webbsida. Alla råd och tips är medicinskt granskade och godkända.

Ringer du 1177 får du sjukvårdsrådgivning på telefon. Sjukvårdsrådgivningen är gratis och öppen dygnet runt.

Diagnos	Effekt av antibiotika
Njurbäckeninflammation Allvarlig lunginflammation Hjärnhinneinflammation Blodförgiftning Rosfeber	Livräddande eller stor effekt
Borrelia infektion Klamydia och gonorré Öroninflammation 0-1 år Vissa sårinfektioner	Minskar komplikationer
Halsfluss med streptokocker Blåskatarr	Symtomlindrande
Lindrig halsfluss med streptokocker Öroninflammation 1-12 år Bihåleinflammation	Ej säker eller liten effekt!
Halsinfektion orsakad av virus Förkylning Luftrörskatarr Förkylningshosta	Ingen effekt!