



# Till dig som har ont i bihålorna

**BIHÅLEINFLAMMATIONER - AKUT SINUIT - SOM ORSAKAS AV VIRUS ELLER BAKTERIER LÄKER OFTAST UT AV SIG SJÄLV. MEN VID HÖG FEBER, SVULLNAD I ANSIKTET OCH VÄRK SKA MAN KONTAKTA SJUKVÅRDEN.**

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, ofta ensidig 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 ett främmande föremål, till exempel en pärla eller något annat 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.

## 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.

Vänd bladet

**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.

### **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.

### **FAKTA OM ANTIBIOTIKABEHANDLING**

Antibiotika är läkemedel som används för att döda bakterie eller hämma deras tillväxt. Antibiotika har ingen effekt på infektioner som orsakas av virus.

Antibiotika bör användas sparsamt och bara när det verkligen behövs, annars kan de nyttiga bakterierna du bär på slås ut.

Fel använt kan antibiotika bidra till att bakterier blir motståndskraftiga (resistenta) så att antibiotika inte fungerar när det verkligen behövs vid allvarliga bakterieinfektioner.

Antibiotika kan ge biverkningar såsom diarré och utslag.

Penicillin är den vanligaste sortens antibiotika, men det finns andra typer av antibiotika som motverkar bakterier.

### **LÄTTLÄST**

De små hålrum man har i panna och kinder kallas bihålor.

Bihålorna mynnar ut i näsan.

De är fyllda med luft.

När du är förkyld får du oftast svullna slemhinnor.

Ibland kan det bli vätska i bihålorna.

Det kallas bihåleinflammation.

De flesta bihåleinflammationer går över av sig själv.

Om du har varit förkyld i mer än tio dagar och har svår värk i kinder eller tänder

kan du ha nytta av penicillin.

Penicillin är en medicin.

Penicillin är en snäll sort av antibiotika.

Du kan få penicillin mot infektioner.

Det är inte bra att äta antibiotika i onödan.

Bakterierna kan bli motståndskraftiga mot antibiotika.

Då fungerar inte antibiotika när du verkligen behöver det nästa gång.

Om du har hög feber eller är svullen i ansiktet ska du kontakta sjukvården.

Du kan läsa mer på webbplatsen [www.1177.se](http://www.1177.se).

Du kan också ringa och prata med en sjuksköterska i telefonen.

Ring telefonnummer 1177 till sjukvårdsrådgivningen.