

## Pollenallergi – Lathund

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

[Gravida, ammande](#) se janusinfo.se, barn se FASS före rådgivning och receptförskrivning.

För gravida är *loratadin* samt *desloratadin* troligen säkrare än *cetirizin*, enligt janusinfo.se.

**Pollenrapporter** <http://pollenrapporten.se> (Naturhistoriska riksmuseets pollenrapport, Gävle).

Om man klarar att vara ute 3 timmar vid låga pollenhalter motsvarar det 20 min vid medelhöga och ca 2 minuter vid höga halter (gäller hassel, al, björk och övriga trädpollen). Vid motion utomhus får man i sig mycket mer pga. ökad andningsfrekvens.

### Ögonbesvär – ögondroppar

1	<a href="#">Livostin</a>	0.5 mg/ml	1x2 kan ökas till 4 ggr dagligen	antihistamin
2	<a href="#">Lecrolyn<sup>1</sup></a> <a href="#">Lomudal<sup>1</sup></a>	40 mg/ml	1x2 kan ökas till 4 ggr dagligen	natriumkromoglikat

<sup>1</sup>Endosbehållare är utan konserveringsmedel

### Näsbesvär nässprayer

1	<a href="#">Mometason</a> <a href="#">Mommox</a> <a href="#">Nasonex</a>	50 µg/dos	från 12 år 2-1x1 3-11 år 1x1	lokal steroid
2	<a href="#">Desonix</a>	32 µg/dos 64 µg/dos <sup>R</sup>	från 6 år 4x1 eller 2x2 från 6 år 2x1 eller 1x2	lokal steroid
3	<a href="#">Livostin</a>	50 µg/dos	2x2	lokal antihistamin
4	<a href="#">Dymista</a>	125/50 µg	från 12 år 1x2	antihistamin/steroid kombination

### Antihistamintabletter

1	<a href="#">Loratadin</a> <a href="#">Clarityn</a>	10 mg	från 6 år 1x1 <sup>1</sup> Sirap <a href="#">Clarityn 1 mg/ml</a> från 2 år dos enligt vikt, se FASS
2	<a href="#">Desloratadin</a> <a href="#">Flynise</a> <a href="#">Dasselta<sup>R</sup></a>	5 mg	från 12 år 1x1 <sup>1</sup> Oral lösning Desloratadin <a href="#">0,5 mg/ml</a> 1-5 år 2,5 ml x1 från 6 år – 5 ml x1 eller munsönderf. tablett <a href="#">Caredin<sup>R</sup> 2,5 mg</a> 1x1
3	<a href="#">Cetirizin</a> <a href="#">Vialerg</a>	10 mg	från 6 år ½x2 från 12 år 1x1 <sup>1</sup>

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

### Om otillräcklig effekt med bara antihistamintablett; kombinera med ögondroppar och/eller nässpray

**Generella besvär:** trötthet, huvudvärk, klåda i halsen, sveda på tungan, eksem i ansikte, allmän sjukdomskänsla. Alltid antihistamintablett samt ögondroppar och/eller nässpray. Om otillräcklig effekt LÄKARBESÖK. Recept T. Prednisolon 5 mg 5 st x1 vid höga pollenhalter i 3-5 dagar därefter ev. T. Prednisolon 5 mg 1x1 i 1-2 veckor om kvarstående höga pollenhalter. T. Betapred 0,5 mg 6st x1 om svårt att svälja tablett. Depo-Medrol ska ej ges. En dos Betapred har kvardröjande effekt i åtminstone 48 timmar. Prednisolon har kortare effektduration 12-36 timmar. Överväg remiss för AIT, allergen immunterapi. Vid AIT är tablettbehandling med Grazax respektive Itulazax är numera förstahandsval för vuxna. För barn används både Grazax och injektion. En komplett allergiastma utredning behövs för ställningstagande till behandling.

**Astmatiska besvär.** Läkarbesök med Spirometri, ev. med reversibilitet.

**Vuxna:** Inhalationssteroid [Giona Easyhaler](#) alt [Alvesco](#) samt kortverkande β2-stimulerare [Buventol Easyhaler](#) alt [Ventoline Evohaler](#) vid behov. En andningsbehållare ([Vortex](#)) skall användas tillsammans med spray även till vuxna.

**Barn:** Inhalationssteroid [Giona Easyhaler](#), [Novopulmon Novolizer](#) eller till små barn [Flutide Evohaler](#) dagligen samt kortverkande β2-stimulerare [Buventol Easyhaler](#) alt [Ventilastin Novolizer](#). Till små barn [Airomir](#) eller Ventoline evohaler vid behov. En andningsbehållare (spacer) skall alltid användas tillsammans med spray till barn.

Se film för inhalationsteknik på [medicininstruktioner.se](http://medicininstruktioner.se)