

Minnesanteckningar från allergironden den 23 oktober på Handens vårdcentral

10 läkare och 7 sjuksköterskor och undersköterskor deltog i rondan

Först lite kort presentation av vår hemsida Allergicentrum Stockholm www.allergicentrumstockholm.se där allt från kliniska verktyg, minnesanteckningar från allergironderna, pollenrapporter, forskning inom vårt område kan läsas. Även rekommenderade weblänkar finns för vidare läsning.

Denna rond hade vi på Handens vårdcentral som vi tackar så mycket för att vi kunde ha rondan hos Er. Dagens ämne var Hösnuva och andra orsaker till att näsan är täppt och rinner. Vi hade nöjet att ha Pär Stjärne som föreläsare och det blev en mycket uppskattad rond med mycket intressanta frågor från deltagarna.

Näsans funktion

Näsans tre viktiga funktioner

- att vara en suverän värmeväxlare
- att vara ett effektivt luftfilter
- luktsinne

Genom vårt luktsinne kan vi känna igen ca 10000 olika doftämnen. Med stigande ålder avtrubbas känsligheten för luktämnen. Första tecken på en demenssjukdom kan vara försämrad luktsinne. Att inte känna lukt eller ha nedsatt luktsinne påverkar en person mycket. Detta kan bero på nästäppa pga allergi eller förkylning men ibland kan luktnedsättningen vara mer bestående, orsaken kan då vara näspolyper, infektioner eller skador mot huvudet eller sjukdomar i CNS. Om besvären är mer bestående skall patienten remitteras för en luktsinnes undersökning.

Fråga: Stämmer det att kvinnor har bättre luktsinne.

Svar: Detta stämmer men man vet inte varför det är så.

Näsblödning

Oftast blöder det från den främre delen av näsan, från nässkiljeväggen. Här finns ytliga blodkärl som lätt kan börja blöda. Det kan bero på att slemhinnan i näsan är torr eller skadad exempelvis på grund av torrt och kallt väder vintertid, förkylning, att man petar sig i näsan så att det bildas sårskorpor, eller för att man använder någon typ av nässpray. Man får också lätt näsblödning om man får ett slag mot näsan. Äldre människor drabbas oftare av näsblödning pga skörare och torrare slemhinnor. Ibland kan orsaken vara allvarlig sjukdom. En annan mer ovanlig orsak till näsblödning kan ibland drabba patienter med sjukdomen Mb Ossler. Sjukdomen beror på en nedärvd genetisk defekt.

Sk Gubbsnuva

Kan drabba både män och kvinnor och är vanligare med stigande ålder. Är rinnsnuva som kommer i samband med utomhusvistelse ofta då i kombination med rinnande ögon eller t.ex. när man äter stark mat. Kommer ofta attackvis, beror troligtvis på nervreflexer. Kan ha viss effekt av antikolinergika, Atrovent nasal att ta 30-45 min. före.

Allergisk Rhinit

Allergisk rhinit är ett globalt hälsoproblem och drabbar ca 20 % av den vuxna befolkningen. Dessa har ofta en sänkt livskvalitet, produktionsbortfall och fungerar sämre i det dagliga livet. Kombinationen astma och rhinit är väldigt vanlig därför skall man **aldrig glömma** att fråga om näsan. ARIA (Allergic rhinitis and its impact on asthma) som är internationella riktlinjer hur denna sjukdom skall definieras och behandlas. ARIA vill att vi delar in den allergiska riniten i intermittent och persisterande rhinit vilket betyder besvär under 4 veckor men i Sverige har man valt att kalla det säsongsbunden rinit eftersom många har besvär i fler än fyra veckor på våren och sommaren (men endast då). I den persisterande formen har personen symtom hela året ofta pga. sensibilisering, t.ex. pälsdjur, kvalster. Man delar sedan in både den intermittenta och den persisterande allergin i mild, måttlig eller svår rinit. Vid intermittenta symtom bör man prova antihistamin ibland i kombination med nasal cortison spray. Vid den persisterande riniten brukar inte antihistamin hjälpa så bra utan man behöver behandla direkt med nasal cortison spray.

Icke allergisk Rhinit

Vid icke allergisk rhinit skall behandlingen inriktas på att försöka få bort det som utlöser besvären i den mån detta går att finna. Koksaltssköljningar rekommenderas att göra ofta och kan lindra en hel del. I övrigt rekommenderas lokal cortisonspray till näsan. Ibland kan det bli aktuellt med kirurgi med ex radiofrekvenser.

Fråga

Hur hjälper man patienter som har överdoserat vanliga näsdroppar och känner en kronisk nästäppa?

Svar

Tillståndet kallas rhinitis medicamentosa och står för läkemedelsorsakad nässlemhinneproblematik som ofta är orsakade av de "vanliga nässprayerna". Man skall då råda patienten att sluta med nässprayen som inte är helt enkelt då patienten blivit beroende av den. Ibland behövs också behandling med perorala steroider i besvärliga fall kirurgi.

Näspolypos

Vet ej orsaken, ca 4 % drabbas och fler män än kvinnor och är vanligare hos den äldre befolkningen. Näspolypos är också vanligare hos personer med astma där prevalensen är ca 8 %. Symtomen är nästäppa, segt nässektret, trötthet och nedsatt luktsinne. Behandlingen består av nässköljningar, cortisonsspray till näsan, ev. perorala cortisontabletter ibland görs också kirurgisk behandling då man avlägsnar polyposen.

Vid undersökning av näsan

Tips är att spraya näsan med en vanlig avsvällande nässpray innan man inspekterar och undersöker näsan.

/Marina Jonsson 20131113