

Sådan behandler du pollenallergi

Du skal behandles for pollenallergi.

Her får du nogle generelle råd til, hvordan du forholder dig til pollen. På bagsiden kan du se de aftaler om medicinsk behandling, du har lavet med hospitalsafdelingen.

GODE RÅD I FORHOLD TIL POLLEN

For at begrænse påvirkning fra pollen, kan du gøre som følger:

- Luft ud tidlig morgen og sen aften, når duggen er faldet.
- Tør ikke vasketøj udendørs i pollensæsonen.
- Benyt eventuelt solbriller og kasket.
- Følg pollentallet dagligt, så du ved, hvornår du skal være særligt opmærksom. Pollentallet kan følges på en app samt fås som SMS-besked.
- Tag høfebermedicin som anbefalet (se bagsiden).
- Medbring altid din medicin.
- Obs. Unge har ret til ekstra tid til eksamen.

KONTAKT OG MERE VIDEN

Har du spørgsmål, er du velkommen til at kontakte os. Du kan desuden finde mere information på hjemmesiden www.astma.allergi.dk.



Kontakt

Børneafdelingen

Tlf. 97 66 33 30

Vi træffes bedst:

Mandag – fredag 10.00 – 12.00

Fakta om pollen

Pollen er det plantestøv, som gør, at planterne kan formere sig. Pollen spredt sig med vinden i lunt og tørt vejr.



Der er flest pollen i luften midt på dagen. Antallet af pollen i luften mindskes ved dug og regn.

Oftest er det pollen fra bestemte planter, der giver allergi, nemlig birk, hassel, elm, græs og bynke.

Fakta om pollenallergi

Pollenkornene er så små, at de nemt kommer ind i slimhinden i næse, øjne og lunger. Når de gør det, kan opstå der forskellige symptomer:

- **Øjne:** Kløe, rødme, hævelse, irritation, vandigt sekret.
- **Næse:** Snue, kløe, nysen flere gange i træk, tæthed med vejrtrækning med åben mund.
- **Svælg/lunger:** Hoste, rømmen påvirket lungefunktion.
- **Alment:** Træthed, hovedpine, irritabilitet.



Behandling

Næsespray

Binyrebarkhormon: tages fast i hele sæsonen. Begynd 2 uger før forventet sæsonstart. Virker mod tæthed og løbenæse.

Næsespray _____ gange dagligt

Antihistamin: lokal virkning på snue og kløe.

Næsespray _____ gange dagligt

Få tjek på næsespray teknik. Brug vejledningen fra Børneambulatoriet og læs brugsanvisningen.

Tabletter og mikstur

Antihistamin: ofte kaldet 'høfeberpiller'. Kan købes i håndkøb og på recept. Virker på løbende og kløende næse samt på symptomer i øjne og svælg.

Tablet: _____ gange dagligt

Mikstur: _____ gange dagligt

Øjendråber

Virker lokalt. Behandling kan eventuelt gentages flere gange dagligt.

Øjendråber _____ gange dagligt

Øjendråber _____ gange dagligt