

VEJLEDNING AKUT OG KRONISK BIHULEBETÆNDELSE.

(Maj 2019)

Du har fået konstateret bihulebetændelse. Det kan dreje sig om kronisk bihulebetændelse med forværring med akut sygdom. Der er tale om to forskellige sygdomme, som begge skal behandles.

Akut bihulebetændelse:

Er en infektion i bihulerne, som i færre end 12 uger har medført **stoppet næse** eller **løbenæse**, enten i kombination eller sammen med **nedsat lugtesans** samt **trykkende ansigtssmerter**. Der er typisk ikke feber, og ofte ej heller forhøjede infektionstal (CRP, der måles ved prik i fingeren hos egen læge)

Det er ofte fravær af feber og normal CRP, der gør at egen læge ikke opstarter behandling, og at tilstanden først diagnosticeres ved speciallæge.

Behandling de første 14 dage

1. **Antibiotika på recept:**
Tabl. Zitromax 500 mg 1 x dagligt i 3 dage, eller tabl. Bioclavid 500 mg 3 x dagligt i 10 dage.
2. **Næsespray, håndkøb:**
Otrivin eller Zymelin spray 2 pust 3-5 gange dagligt i hvert næsebor (før næseskyl pkt. 3)

3. **Saltvandsskylning, næseskyller:**
"Flo Sinus Care" næseskyller eller næsehorn bruges 3-5 gange daglig (efter pkt. 2)

4. **Næsespray på recept:**
Avamys, Nasonex eller andet ordineret næsespray. 2 pust i hvert næsebor 1-2 gange daglig efter skylning (pkt. 3)

Behandling efter de første 14 dage:

1. **Saltvandsskylning, næseskyller:**
"Flo Sinus Care" eller næsehorn bruges morgen og aften.
2. **Næsespray på Recept:**
Avamys, Nasonex eller andet ordineret. 2 pust 1-2 gange daglig.
3. **Kontrol efter 1-3 måneder:**
Du skal fortsætte med ovennævnte 2 punkter, indtil aftalt tid med os. Dette vil typisk være efter 1-3 måneder. Der vil ofte blive foretaget en allergiundersøgelse. Dette betyder at du **IKKE må tage evt. antihistamin (allergimedisin) tre dage før kontrollen.**

Kronisk bihulebetændelse:

Er en tilstand, som varer i mere end 12 uger. Har medført **stoppet næse** eller **løbenæse**, enten i kombination med

nedsat lugtesans eller **trykkende ansigtssmerter**.

Tilstanden er en betændelseslignende tilstand, en inflammation i slimhinden i næse og bihuler, som på mange måder minder om astma i luftvejene og deler mange fællestræk med astma. Kronisk bihulebetændelse ses ofte i forbindelse med astma og næsepolypper. Lider du af astma er det vigtigt at den er velbehandlet, for at vi også kan få behandlet din bihulesygdom.

Ofte vil vi henvise til en CT (scanning) af dine bihuler for at vurdere afløbsforhold, og evt. henvise til operation.

Gode råd til vellykket behandling:

- Skyl altid næsen først, lad vandet løbe ud og puds derefter næsen tør inden næsespray på recept.
- I DK kan der anvendes vand fra vandhane. I udlandet skal der benyttes flaskevand eller kogt vand.
- Skyl fra begge sider, én flaske pr. side
- Når du løber tør for breve med salt, der følger med køb af skyller, kan fint bordsalt benyttes i stedet. (ca. ½ tsk pr flaske)
- Svier det når du skyller har du brugt for lidt eller for meget salt.
- Skold flasken to gange om ugen med kogende vand.

- Behandling skal fortsættes uafbrudt indtil den planlagte kontrol i klinikken.
- Får du næseblod, så hold evt. pause et par dage med recept næsespray.
- Næsespray på recept må gerne vinkles lidt forskelligt fra dag til dag, dette kan nedsætte risiko for næseblødning

Information om næsespray på recept og anden medicin:

Næsespray på recept indeholder binyrebarkhormon. Det er lokal behandling og derfor er der ikke bivirkninger. Giver der tablet eller injektion af binyrebarkhormon, er der bivirkninger, hvorfor denne type behandling ikke gives på daglig basis som næsespray. Generelt om binyrebarkhormon er der rigtig mange positive virkninger og der hersker ofte en ubegrundet frygt for at anvende det.

Almindelig næsespray; Otrivin eller Zymelin er utrolig effektivt ved akut forkølelse eller akut bihulebetændelse, man kan mærke at det give plads. Desværre kommer mange af samme grund til at anvende dette i mere end 14 dage. Dette medfører at slimhinden hæver og man kommer ind i en ond cirkel. Har man brug for det i længere tid skal man kontakte klinikken for undersøgelse og videre diagnostik.

Med venlig hilsen
Øre-Næse-Halsklinikken i Borgergade

