



Louise Hasselberg, Distriktssköterska, Allergi/Astma och KOL-sjuksköterska
Informationssjuksköterska, Läkemedelskommittén Halland

Läkemedelskommittén Halland



Enligt [lag \(1996:1157\) om läkemedelskommitteér](#) ska det i varje region finnas en eller flera läkemedelskommittéer. I Region Halland är läkemedelskommittén gemensam för hela regionen och benämns Läkemedelskommittén Halland (LkH)



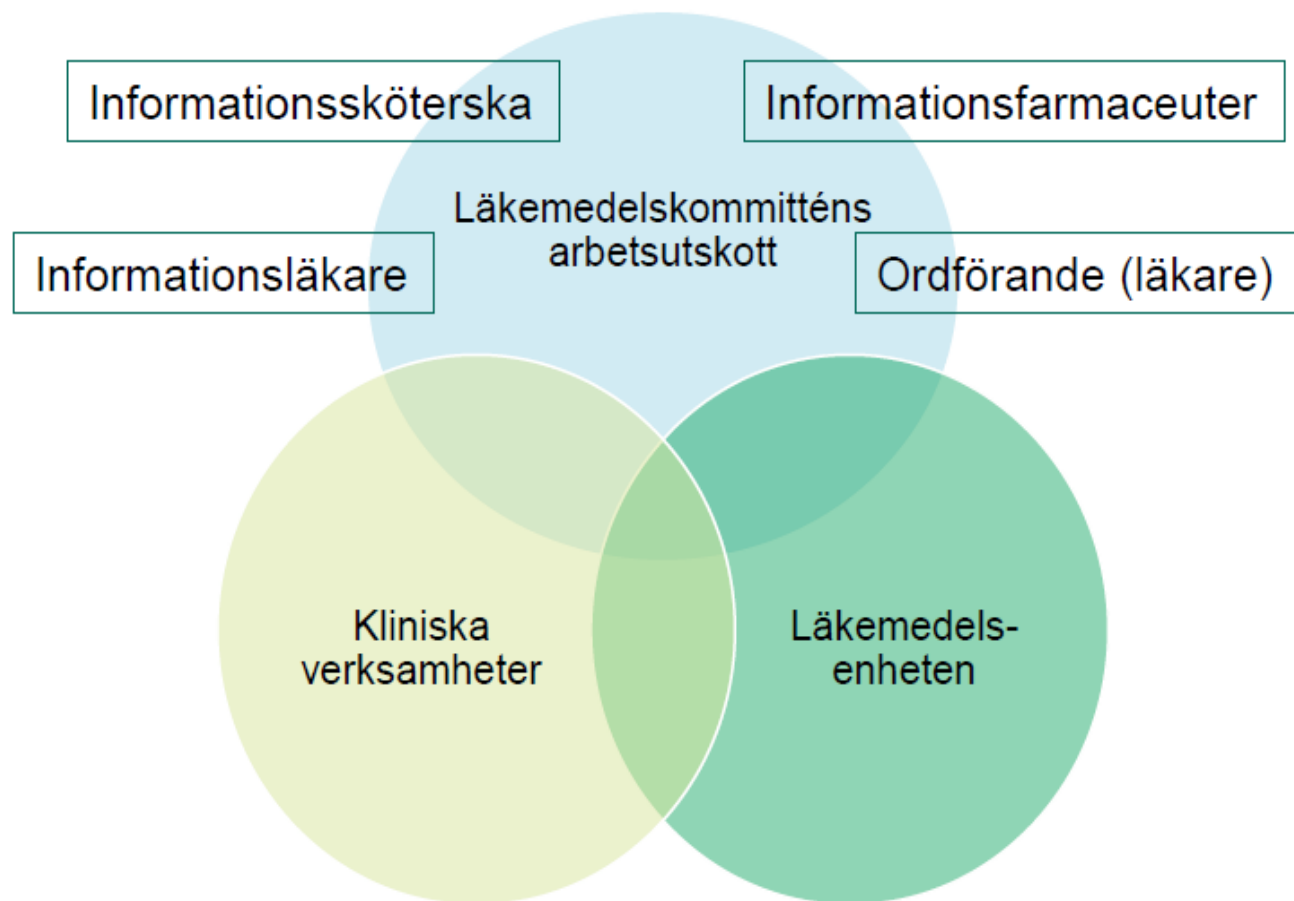
LkH:s övergripande syfte är att verka för en tillförlitlig och rationell läkemedelsanvändning inom regionen. Detta genom att vara expert- och kunskapsstödsorgan för Region Halland i frågor som rör läkemedel. I denna funktion samverka med läkemedelsfunktionerna vid regionkontoret och Hallands sjukhus, läkemedelsrelaterade funktioner inom regionens IT- och digitaliseringsverksamhet samt de kliniska verksamheterna.



LkH ska i sitt arbete och i sina rekommendationer arbeta efter vetenskap och beprövad erfarenhet och i detta arbete stå oberoende i förhållande till läkemedelsindustrin.

Läkemedelskommittén Halland

Vilka är vi?



Vad gör vi?

- Terapirekommendationer Halland
- Terapigrupper
- Rekommenderade läkemedel
- Receptfavoriter
- Uppföljning läkemedelsanvändning
- Verksamhetsbesök, framförallt närsjukvården enligt vårdvalsavtal
- Restsituationer
- Utbildningsseminarier
- Terapinytt

Vad gör informationssköterskan?



Vara representant för (förskrivande) sjuksköterskor i RH och kommunerna när det gäller läkemedelsfrågor i Läkemedelskommittén



Organisera och medverka till att sjuksköterskor fortlöpande får information om och utbildning i läkemedelsfrågor till exempel via:

Fysiska/digitala utbildningar/seminarier

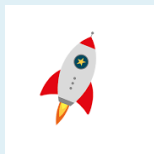
Läkemedelsinformation via Terapinytt

Vara med på informationsläkarträffar eller egna träffar med sjuksköterskor och distriktssköterskor på vårdcentraler och/eller i kommunerna



Kapitel Rekommenderade läkemedel för sjuksköterskor med förskrivningsrätt i Terapirekommendationer Halland

Vad gör informationssköterskan forts



Cosmic (receptfavoriter, ordinationsfavoriter, arbetssätt och rutiner, behörighet mm)



Representant i terapigrupp



Svarar på läkemedelsfrågor från sjuksköterskor i verksamheten (vårdcentraler och kommunen). Oftast via direkt mailkontakt eller via LkH funktionsbrevlåda

Välkommen att ta kontakt

louise.hasselberg@regionhalland.se

lakemedelskommitten@regionhalland.se



Egenvård eller recept?

Egenvård

Egenvård är åtgärder som legitimerad hälso- och sjukvårdspersonal har bedömt att en patient kan göra själv eller med hjälp av till exempel en närstående. Egenvård kan till exempel vara att en person tar ett ordinerat läkemedel själv.

[Terapirekommendationer Halland](#)

Riktlinje för förskrivning av receptfria läkemedel

- Överväg hänvisning till egenvård med receptfria läkemedel vid behandlingstid på upp till **3 månader**.
- Receptförskrivning bör dock erbjudas om följande kriterier uppfylls:
 - Ett sjukdomstillstånd eller en sjukdomsdiagnos föreligger.
 - Tillståndet är av sådan art och grad att förskrivning av läkemedel är medicinskt motiverad.
- I övriga fall hänvisas patienten till inköp av receptfria läkemedel.

Riktlinje för förskrivning av receptfria läkemedel

Riktlinjen gäller både barn och vuxna, även vid dosdispensering.

Att barn får förmånsläkemedel gratis om de skrivs på recept är inte ett argument för receptförskrivning.

Syftet med riktlinjen är att prioritera resurser till dem med störst behov.

Vägledande exempel

Allergi och urtikaria

- **Egenvård:**
 - Misstanke om pollenallergi
 - Lindrig eller måttlig pollenallergi
(ej behov av daglig medicinering, enstaka veckor, 1–3 månader)
 - Pälsdjursallergi utan kontinuerlig exponering för allergen
 - Akut urtikaria de första dagarna.
- **Recept:** Barn som understiger åldersgräns för behandling enligt Fass, pollenallergi med behov av daglig medicinering mer än enstaka veckor, akut urtikaria som inte lindras inom några dygn med antihistamin.

Väglödande exempel

Laxerande, bulkmedel

- **Egenvård:** Tillfällig förstoppning
- **Recept:** Förebyggande av förstoppning hos barn, vid opioid-behandling, kroniska besvär.

Vägledande exempel

Mjukgörande kräm

- **Egenvård:** Torr hud, torra fläckar, solsveda, akut urtikaria de första dagarna.
- **Recept:** Underliggande hudsjukdom så som psoriasis och olika typer av eksem, torra underben med känd risk för sårbildning, svårbehandlade klådtillstånd.



ALLERGI

Vad är allergi?

Kroppens immunförsvar överreagerar mot ofarliga ämnen, allergener, t ex pollen, pälsdjur eller kvalster.

1. Pollen tränger in

Första gången kroppen möter en allergen, exempelvis ett protein från ett pollen (orange), producerar kroppen IgE-antikroppar (gröna).

Antikropparna binder sig till immunförsvarets mastceller.

2. Immunceller står emot

Nästa gång allergenet tar sig in i kroppen binds det till IgE-antikropparna, som nu sitter på mastcellernas yta. Där har de till uppgift att hindra att främmande ämnen kommer in i kroppen.

3. Histaminer väller ut

Kopplingen mellan IgE-antikropparna och allergenerna får mastcellen att frisätta de histaminer (röda) som fyller den. Histaminerna slår larm till andra celler, som utlöser de allergiska reaktionerna.

Vad beror allergi på?

Varför man blir allergisk vet man inte, men **arv** och **miljö** är de huvudsakliga anledningarna.



Även om det är vanligt att allergi är ärftligt så kan en person utveckla en allergi i luftvägarna trots att sjukdomen inte tidigare har funnits inom familjen.

Pollenallergi

Al

Hassel

Björk

Gräs
(timotej)

Gråbo

Symtom vid pollenallergi

Vattnig snuva och nästäppa

Nysningar

Klåda i näsan

Röda, kliande ögon som rinner

Trötthet

Pollenallergi kan dessutom påverka luftrören med rethosta och andnöd. Besvären kan förvärras vid ansträngning.

Egenvårdsråd vid pollenallergi

- Vädra sovrummet på natten eller tidigt på morgonen då pollenhalterna är låga.
- Ha fönstren stängda under dagen.
- Ta inte in växter med pollen inomhus.
- Skölj bort pollen ur håret innan sänggående.
- Häng inte ut kläder eller sängkläder på vädring eller tork utomhus.
- Motionera utomhus på morgonen medan daggen fortfarande binder pollen.
- Undvik att vara på en nyklippt gräsmatta eller klipp gräset när det är daggvått.
- Undvik kontakt med husdjur som varit ute och fått pollen i pälsen.
- Byt kläder efter vistelse utomhus.

Egenvårdsråd vid pollenallergi fortsättning

- **Följ pollenrapporterna**

Pollenrapporterna ger information om hur mycket pollen det finns i luften. Fint väder brukar betyda ökade pollenhalter medan regn ger lägre halter. Spridningen av pollen ökar om det blåser.

- **Undvik tobaksrök**

Rök inte och undvik rökiga miljöer eftersom pollenallergi förvärras av tobaksrök.

- **Skölj näsan med koksaltlösning**

Prova att skölja och rensa näsan från pollen med koksaltlösning. Man kan köpa koksaltlösning på apotek.

Kvalsterallergi



Kvalster och husdammskvalster, är små spindeldjur som trivs i varma och fuktiga miljöer, t ex sängen.



En ideal miljö är täcken, kuddar, madrasser och dynor, men kan finnas i andra delar av hemmet.



Kvalster lever bland annat på döda hudceller som vi tappas varje dag.



Vid kvalsterallergi har patienten oftast som mest symtom på morgonen.

Symtom vid kvalsterallergi

Rinnsnuva

Täppt näsa

Nysningar

Röda, kliande
ögon som rinner

Andningsbesvär
eller hosta

Trötthet

Störd sömn

Röda, kliande
utslag,
förvärrade
eksem

Symtom året
om, tilltagande
besvär under
höst och vinter

Vid obehandlad
kvalsterallergi
ökar risken för
astma

Egenvårdsråd vid kvalsterallergi

- Kvalster trivs där det är fuktigt och varmt. Ha därför bra ventilation och rengör ventiler ofta.
- Åtgärda eventuella fuktskador i bostaden.
- Håll nere rumstemperatur i sovrummet.
- Undvik att bädda sängen.
- Tvätta lakan som vanligt i 60 grader.
- Tvätta kuddar och täcke i 60 grader regelbundet. Skölj noggrant.
- Överväg kvalsterskydd för madrass, kudde och täcke.

Beställning av kvalsterskydd

Vid kvalsterallergi är kvalsterskydd effektivt – beställs från [Medeca AB](#), via webbhandel eller på 018–25 85 30, som också kan bistå med rådgivning.

- Kvalsterskydd, 100 % bomull, från 1440 kr
- Kvalsterskydd täcke, 100 % bomull, från 1830 kr
- Kvalsterskydd kudde, 100% bomull, från 330 kr
- Kvalsterskydd resårmadrass, 100% bomull, från 1250 kr
- Kvalsterskydd madrass, 100% bomull, från 1670 kr

Pälsdjursallergi

- Reaktionen kan ske vid både direkt och indirekt kontakt med djur.
- Vid pälsdjursallergi reagerar immunförsvaret på proteiner som finns i djurets talgkörtlar, hudceller, saliv och urin.
- Proteinet fastnar även i djurens päls.
- Vissa personer kan få nässelutslag vid direkt kontakt med djuret, till exempel om de klappar det eller blir slickade.

Symtom

Symtom kan variera hos olika personer med upplevelse av allt från lätta till svåra besvär:

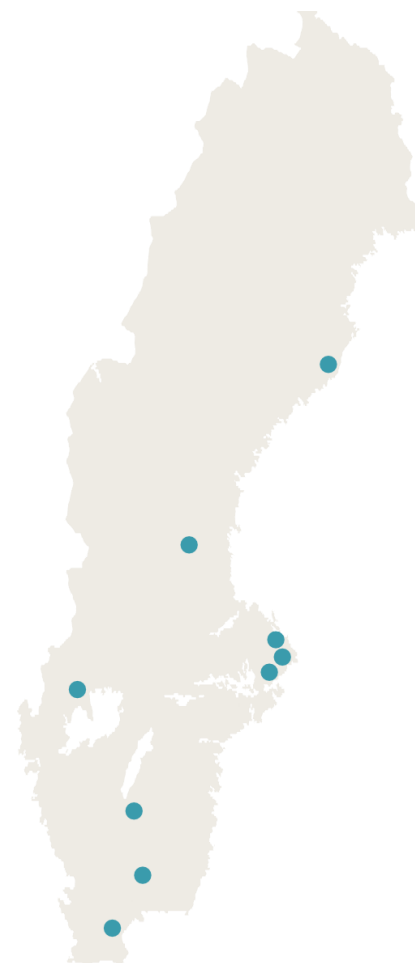
- Rinnsnuva
- Täppt näsa
- Nysningar
- Röda, kliande ögon som rinner
- Nässelutslag
- Andningsbesvär eller hosta, ökad risk för astma

Offentliga miljöer och skolor

- Det bästa är att undvika kontakt med djur som du är allergisk mot.
- De allergiframkallande proteinerna kan även överföras med djurägaren via kläder och hår till andra miljöer.
- Höga halter av allergiframkallande ämnen från djur i skolor gör att barn med pälsdjursallergi ofta blir sämre under skolterminerna.
- "Allergisäkra" katter, hundar, hästar eller gnagare finns inte, även om mängden allergiframkallande ämnen kan variera mellan olika djur, individer och raser.

Allergikonsulenter

- Allergikonsulenterna är specialistsjuksköterskor med kompetens inom barn och ungdomsmedicin samt inom astma och allergisjukdomar.
- Det finns 8,5 allergikonsulenter i Sverige idag.
- Förbättra omhändertagandet av och minska konsekvenserna i vardagen för barn och ungdomar som lever med allergisjukdom.
- Fungerar som en länk mellan sjukvården, förskola/skola och hemmet.
- Ge information, råd och utbildning till personal i förskola och skola. Allergirond.
- Hembesök för att inventera inomhusmiljön.
- Tillsammans med barnet och vårdnadshavarna utformas en gemensam plan för eventuella åtgärder i hemmet.



Allergiprover, när?

Typiska säsongsbundna besvär eller besvär vid pälsdjurskontakt behöver **inte** utredas vidare.

Utredning inklusive allergiscreening bör göras vid:

Långdragna besvär av oklar genes

Dålig effekt av behandling

Svåra säsongsbesvär, speciellt om samtidig astma.

Allergiscreening

Blodprov för analys av specifikt IgE ingår ofta vid allergiutredningar.

- Vanligen används metoden Immuno-Cap på vårdcentralen.
- Immuno-Cap-testet Phadiatop är ett screeningtest som innehåller de vanligaste luftburna allergenen.
- Om utfallet är positivt eller det finns en riktad misstanke mot specifikt IgE är det bättre att ta ett IgE-prov mot det misstänkta allergenet.
- Pricktest för IgE, intradermaltest och födoämnesprovokation.

Rådgivningsstöd i tele-Q/chatt

Checklista symptom

Rinit?

- Nysningar
- Rinnsnuva
- Nästäppa
- Kli i näsan

Konjunktivit?

- Rinnande ögon
- Kliande ögon
- Röda ögon

Urtikaria?

Är besvären
säsongsbundna
eller tydligt
kopplade till
pälsdjurskontakt?

Hosta eller
andningsbesvär?

Allergi eller förkylning?

	Allergi	Förkylning
Varaktighet	Kan pågå i veckor eller månader, så länge exponering för allergen pågår	Går oftast över inom en till två veckor
Snuva	Klar, rinnig och vattnig	Tjock, gulgrön efter några dagar
Nysningar	Kommer ofta i serier	Vanligtvis enstaka
Ögon	Ofta kliande, rinniga ögon, bilaterala besvär	Sällan lika mycket klåda
Feber	Ingen feber	Kan förekomma
Allmänskänsla	Trötthet kan förekomma oftast pga. störd sömn, immunförsvaret arbetar hårt med inflammatoriska processer	Vanligt med trötthet och allmän sjukdomskänsla

Läkemedelsbehandling

Terapirekommendationer Halland

”Lindriga till måttliga besvär kan oftast hanteras som egenvård, men vid mer långvariga besvär kan läkemedel även skrivas på recept”.

Antihistamin peroralt

Antihistamin peroralt

Den dagliga medicineringen ska påbörjas vid första tecken på symtom.

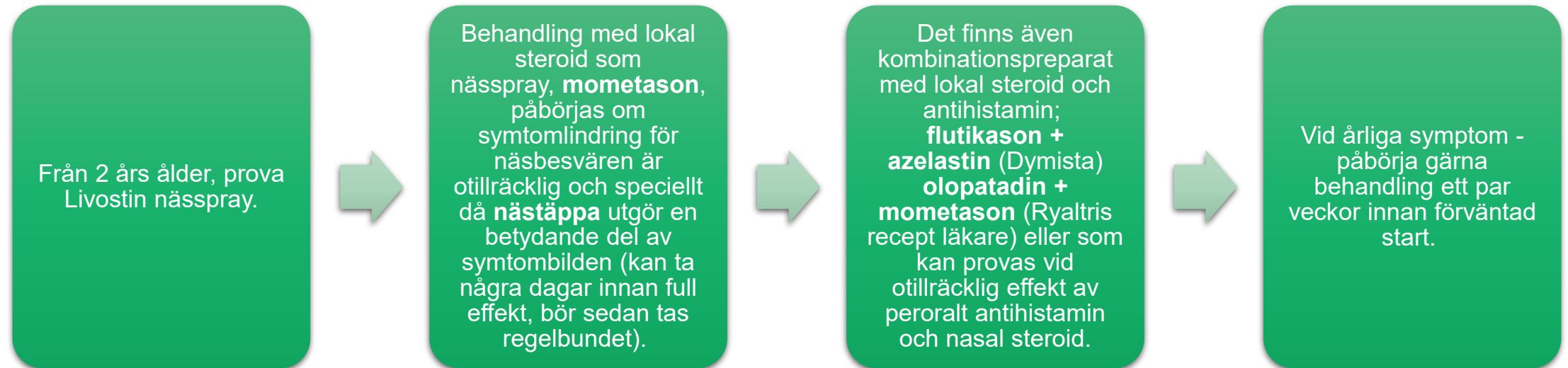
0-5 år oral lösning
desloratadin (Aerius)

6-11 år tablett/munsönderfallande **desloratadin** (Caredin)

Från 12 år tablett **desloratadin**, **loratadin** eller **cetirizin**
(Desloratadin och Loratadin kan ges till gravida och ammande kvinnor).

Om kvarstående besvär provas tillägg av lokal behandling med nässpray/ögondroppar.

Nässpray



Det är viktigt att instruera patienten i en korrekt teknik för att använda nässpray. Bra instruktionsvideo finns att tillgå på [Janusinfo: Inhalera rätt – nässpray](#) (Region Stockholm).

Ögondroppar

Vid lindriga besvär hos barn (från 2 års ålder) prova ögondroppar med **levokabastin** (Livostin)

Natriumkromoglikat (Lecrolyn eller Lomudal)

Antihistamin **olopatadin** recept SSK

Det är även möjligt att **kombinera** natriumkromoglikat och olopatadin för additiv effekt

Natriumkromoglikat i **engångspipett** eller i form av Lecrolyn Sine innehåller inte konserveringsmedel vilket ibland kan vara en fördel ex. för små barn patienter som använder mjuka kontaktlinser.

Ögondroppar och linser

En droppe räcker, är det osäkert om den kommit rätt går det att droppa en droppe till – överskottet rinner ut.

Vid behandling med två eller fler olika ögondroppar bör det gå minst **fem minuter** mellan de olika preparaten, annars kan effekten försämrats.

Kontaktlinsbärare bör använda ögondroppar utan konserveringsmedel.

Ta ut mjuka linser innan applicering och vänta **15 minuter** innan du sätter in dem igen.

Följsamhet till allergibehandling?

Remiss till allergimottagningen

- Allergivaccination bör övervägas vid allergi mot pollen, kvalster, katt och hund **där konventionell behandling med antihistamin och nasal steroid prövats och inte gett tillräcklig effekt.**
- Detta gäller särskilt vid samtidiga astmasymtom eller stor påverkan på allmäntillståndet.

Tack för er uppmärksamhet!