

Förkylning orsakas av virus. Man känner till mer än 200 förkylningsvirus. Efter en förkylning kan man få följsjukdomar såsom öroninflammation, bihåleinflammationer eller lunginflammation. Influensa är en sjukdom som orsakas av influensavirus (vanligtvis A och B). Symtomen är kraftigare än vid vanlig förkylning. Influensavirusepidemier förekommer årligen i Finland mellan december och april.

SYMPTOM

- Allmänsymtom: frossbrytningar, feber, trötthet, huvudvärk
- Ont i halsen
- Nästäppa och snuva
- Hosta



NÄR ÄR DET SKÄL ATT UPPSÖKA LÄKARE?

- När symtomen drar ut på tiden och blir besvärligare eller om allmäntillståndet försämras.
- Vid långvarig hosta (mer än sex veckor) eller om barnet bara har hosta utan andra symtom på förkylning.
- Blod i upphostningarna
- Det förekommer värk i bihålorna i över en vecka eller värk i ögontrakten eller pannan.
- Öronvärk

SJÄLVMEDICINERING AV FÖRKYLNING LINDRAR SYMPTOMEN

Allmänsymtom

Man kan enligt övervägande lindra allmänsymtomen vid flusla med värkmedicin. **Kontrollera alltid innan du ger ett läkemedel att det är lämpligt för barn i olika åldrar och att doseringen blir rätt.** Antiinflammatoriska läkemedel (till exempel ibuprofen) lindrar värk vid förkylning, men hjälper inte mot symtom från luftvägarna. Vid behov kan man sänka febern med antiinflammatoriska läkemedel eller paracetamol. Man kan också använda dem samtidigt, men be vid behov om råd av en yrkesperson.

Ont i halsen

Ont i halsen kan enligt övervägande lindras med antiinflammatoriska läkemedel, eller när gäller barn som är äldre än sex år med sugtabletter. Det finns bara få publicerade undersökningar om dem, så man vet inte hur effektiva de är.

Snuva

Man kan lindra nästäppa och rinnande näsa med nässprej som sammandrar blodkärlen (xylometazolin eller oximetazolin) enligt preparat och

patientens ålder. För barn bör de användas i högst fem dagar. De sammandrar slemhinnan så att nästäppan lindras och slemutsöndringen i näsan minskar. Om man använder dem längre än rekommenderat kan de göra att flimmerhåren i näsan slutar fungera, slemhinnan sväller och utsöndringen ökar. För barn som är yngre än ett år kan man använda näsdroppar eller sprej med fysiologiskt koksalt.

Hosta

Hosta är andningsvägarnas försvarsreaktion mot infektion och retning. Hosta som beror på infektion varar i allmänhet i en till två veckor, men kan fortsätta i upp till fyra veckor. Om orsaken är en virusinfektion går hostan över av sig själv, så det gäller att överväga om olika behandlingar för hosta gör mera nytta eller skada. **Behandling av hosta hos barn med egenvårdsläkemedel rekommenderas inte, eftersom biverkningarna kan vara större än den eventuella nyttan.**

OBSERVERA

Nattetid kan man behandla öronvärk med paracetamol eller antiinflammatoriska läkemedel och uppsöka läkare först på morgonen. Om barnet lider av astma ska man vara försiktig med antiinflammatoriska läkemedel, eftersom de kan göra att luftrören sammandrar sig hos en del astmapatienter.

Man bör inte använda olika antiinflammatoriska läkemedel samtidigt. "Förkylningsmediciner" innehåller förutom C-vitamin eller koffein ofta också antiinflammatoriska läkemedel eller paracetamol. Kontrollera åldersrekommendationen och att maximidosen inte överskrids när du använder dem.

Alla läkemedel kan ha biverkningar och de kan samverka med andra läkemedel som används samtidigt. Vid självmedicinering bör du därför beakta andra läkemedel och egenvårdsprodukter som används samtidigt. Be vid behov om råd av en yrkesperson.

MERA INFORMATION OM ÄMNET

Terveyskirjasto: (det mesta på finska): [Nuhakuume, flunssa, Influenssa ja Kipulääkkeet – turvallinen käyttö](#)
God medicinsk praxis patientversionen: [Aj – det gör ont! \(rekommendation om smärta\)](#)



God medicinsk praxis-rekommendationerna är oberoende nationella vådrekommendationer som grundar sig på forskningsevidens. Denna patientrekommendation baserar sig på God medicinsk praxis-rekommendationen [Itselääkitys \(på finska\)](#) (www.käypähoito.fi).