

# Nanny! kunskapsbank – Om allergier

Denna kunskapsbank om allergier är till för våra barnvakter och kunder som vill ha mer information. Samtlig information är skrivna av experter på området, hämtade från olika webbplatser (se längst ned). Kunskapsnivån är på en grundläggande nivå. För mer djupgående kunskap rekommenderar vi våra barnvakter att ta kontakt med sin kontaktperson eller söka vidare i annan litteratur.

## Två filmer om allergi – Film 1 om allergiska och astmatiska besvär. Film 2 om Anafylaxi

<https://youtu.be/qIeURbQggvo>

<https://youtu.be/TTH9P6aaZBY>

## Bakgrund

Om man är allergisk mot något kan man reagera genom att till exempel få rinnande snuva, svårt att andas, kliande ögon eller hudutslag. Ibland, men det är ovanligt, kan man få en svårare allergisk reaktion, så kallad anafylaxi. Reaktionen kommer då hastigt, påverkar olika kroppsorgan och kan vara livshotande. När reaktionen blir livshotande kallas den för en allergisk chock.

Ämnen som kan ge en sådan allergisk chock finns i till exempel jordnötter, mandel, skaldjur, fisk och mjölk, men även hos getingar och bin. Om man vet att man riskerar att få en allergisk chock ska man alltid ha med sig adrenalin för injektion. Adrenalin finns som så kallade injektionspennor som är lätta att ta själv. Om man får behandling snabbt brukar man bli bra. Efter en svår allergisk reaktion är det viktigt att man diskuterar med en läkare hur man ska agera i framtiden och hur man kan undvika nya allergiska besvär.

Allergi beror på att kroppens normala försvar mot vissa ämnen inte fungerar som det ska. Immunförsvaret uppfattar då dessa ämnen som främmande. Varför en del blir allergiska vet man inte men ärftlighet spelar roll. Cirka 15 procent av Sveriges befolkning lider av någon slags överkänslighet mot mat. Det kan till exempel vara allergi, celiaki, laktosintolerans eller någon annan överkänslighetsreaktion. Vid de flesta icke-allergiska reaktioner är immunförsvaret inte inblandat. Ett exempel där immunförsvaret inte är inblandat är laktosintolerans. Laktosintolerans beror på att kroppen saknar ett enzym. Läs mer om olika överkänslighetsreaktioner via länkarna om bland annat ”mjölk och laktos” och ”gluten”.

## Olika symptom (mild allergisk reaktion)

- får klåda i näsan
- nyser mycket
- är snuvig och täppt
- har röda, kliande och svidande ögon
- får svullna ögonlock
- känner sig trött.

- hosta och slembildning
- heshet och klåda i halsen

## Olika symptom Anafylaxi (svår allergisk reaktion)

Först kan man till exempel känna att läpparna och tungan domnar, eller att man blir röd i ansiktet. Man kan även få klåda som ofta börjar i hårbotten och sedan sprider sig till ansiktet, näsan och tungan.

Om man inte får behandling kan man snabbt bli sämre. Det kan till exempel visa sig genom att

- läpparna, tungan och svalget svullnar
- man får nässelutslag, hastigt uppblossande utslag
- man får ont i magen, diarré och kräkningar
- man får hosta, andnöd och svårt att prata
- man får panik
- man blir yr och svimmar.

## Behandling av anafylaxi

Om man får en allergisk chock och har en injektionspenna med adrenalin ska man ta den snabbt på lårets yttersida. Det går bra att sticka genom tunnare kläder.

Därefter ska man ringa 112. Om man har kortison- och antihistamin-tabletter ska man ta dem också, men det allra viktigaste är att ta adrenalinpennan.

Det tar några timmar innan tabletterna ger full effekt och därför ska man alltid ta adrenalinpennan först.

Om den allergiska reaktionen inte avtar efter att man har tagit injektionen och tabletterna, kan man ta ytterligare en adrenalinpenna efter 5-15 minuter. Det är därför bra att alltid ha mer än en adrenalinpenna till hands i synnerhet om man vistas långt från sjukvård.

Har personen slutat andas är det viktigt att få igång andningen genom hjärt-lungräddning.

Även om det är en stressig situation är det viktigt att ta det så lugnt som möjligt.

## Olika allergier

### Säsongsbunden allergi

Allergiska symtom som bara uppstår under våren och sommaren brukar bero på pollenallergi. Björk- och gräspollenallergi är de vanligaste formerna av säsongsbunden allergi i Sverige. Det är inte helt klarlagt varför en del får pollenallergi men ärftlighet är en viktig faktor. Oftast bryter allergin ut redan i barndomen. Pollenallergi kan orsaka besvärlig rinnsnuva, nysningar, nästäppa, klåda och irritation i ögonen. Många pollenallergiker får också astmatiska besvär som rethosta och pipande andning, särskilt de dagar då det är mycket pollen i luften. I vissa fall kan pollenallergiker även bli allergiska eller

överkänsliga mot vissa födoämnen, till exempel nötter, äpplen, stenfrukter, persika och mandel. Det kallas för korsallergi och beror på att proteinerna i vissa djur och växter är besläktade med varandra. Korsallergi kan leda till symtom som svullna läppar och klåda i halsen och svalget.

### **Perenn allergi**

Perenn, eller persisterande, allergi beror oftast på en överkänslighet mot pälsdjur eller kvalster och symtomen kan visa sig året runt. Kattallergi är den vanligaste formen av perenn allergi i Sverige men allergi mot hund, häst och andra pälsdjur förekommer också. Ofta är det svårare att ställa diagnos på perenn allergi, eftersom långvarig nästäppa kan ha andra orsaker och det inte är lika lätt att se ett samband mellan symtomen och kontakt med allergenet. Det kan hända att du behöver göra ett allergitest för att ta reda på vad det är som ligger bakom besvären. Symtomen för perenn allergi liknar de som uppstår vid pollenallergi, även om nästäppan brukar vara värre vid persisterande allergi. Katt- och kvalsterallergen är små och går gärna ner i de nedre luftvägarna, vilket kan leda till astmabesvär.

### **Andra typer av allergi**

Matallergi innebär att kroppen är överkänslig mot vissa födoämnen och är särskilt vanligt hos barn. Bland små barn är allergi mot komjölk och ägg vanligast, medan lite äldre barn oftast reagerar på nötter och jordnötter. Symtomen visar sig oftast på huden i form av eksem eller nässelutslag, eller i tarm och mage. Illamående, kräkningar, förstoppning, klåda i munnen och svullna läppar kan vara symtom på matallergi. I sällsynta fall kan födoämnesallergi och även allergi mot bi- och getingstick leda till anafylaktisk chock, vilket är ett livshotande tillstånd som kan orsaka akut andnöd och blodtrycksfall. Kontaktallergi är en allergiform som orsakar eksem vid direktkontakt med ett ämne som man är allergisk mot. I Sverige är nickelallergi den vanligaste formen av kontaktallergi, men många får även allergiska besvär när de kommer i kontakt med parfym och andra starka doftämnen.

### **Ärftlighet**

- Om ingen av föräldrarna har allergiska besvär är risken att barnet blir allergiskt 13 %
- Om en förälder har allergiska besvär är risken att barnet blir allergiskt 20 %
- Om bägge föräldrarna har allergiska besvär, men har olika sorters besvär, är risken att barnet ärver föräldrarnas allergier 43 %
- Om båda föräldrarna har samma allergiska besvär är risken att barnet ärver föräldrarnas allergier 72 %

---

*Informationen ovan är hämtad från följande sidor*

1177 Vårdguiden. Hämtad 16 februari 2015 från: <http://www.1177.se/Stockholm/Fakta-och-rad/?cat=Allergier+och+%C3%B6verk%C3%A4nslighet>

1177 Vårdguiden. (5 maj 2014). Hämtad 16 februari 2015 från: <http://www.1177.se/Stockholm/Fakta-och-rad/Sjukdomar/Allergisk-chock/>

Livsmedelsverket. (4 december 2014). Hämtad 16 februari 2015  
från: <http://www.slv.se/sv/grupp1/risker-med-mat/allergi-och-overkanslighet/>

Astma och allergilinjen. Hämtad 16 februari 2015  
från: <http://www.astmaochallergilinjen.se/allergi/olika-typer-av-allergi/>

Astma och allergiförbundet. (2015). Hämtad 16 februari 2015  
från: <http://www.alltomallergi.se/default.aspx?mid=98&did=15>

©Nannynnu!