

VEJLEDNING AKUT OG KRONISK BIHULEBETÆNDELSE

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

Akut bihulebetændelse

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 heller ikke forhøjede infektionstal.

Behandling de første 14 dage

- 1. Næsespray (håndkøb) i 1 uge:**
Otrivin eller Zymelin spray, 1 pust i hvert næsebor 3 gange daglig i hvert næsebor **før** næseskyl. Vent 10-15 min på effekt.
- 2. Saltvandsskylning (næseskyller):**
"Flo Sinus Care" Eller "Sinus Rinse" bruges 3-5 gange daglig (efter pkt. 1).



[Se instruktionsvideo her](#)

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

4. Antibiotika

Ofte vil du blive bedt om at se an i 1-2 uger for at se om kroppen klarer det selv med hjælp fra ovenstående punkter. Ellers er behandlingen tabl. Zitromax 500 mg 1 x dagligt i 3 dage, eller tabl. Bioclavid 500 mg 3 x dagligt i 10 dage.

Behandling efter de første 14 dage

- 1. Saltvandsskylning**
"Flo Sinus Care" eller næsehorn bruges morgen og aften, eller mere hvis du vil.
- 2. Næsespray på recept:**
Avamys, Nasonex eller andet ordineret. 1 pust i hvert næsebor 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

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 Danmark 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 ind i næsen fra dag til dag, dette kan nedsætte risikoen 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 af betydning. Giver der tablet eller injektion af binyrebarkhormon, er der bivirkninger, hvorfor denne type behandling ikke bruges fast til bihulebetændelse. Når man bruger binyrebarkhormon er der rigtig mange positive virkninger, og der hersker ofte en ubegrundet frygt for at anvende det.

Almindelig næsespray som Otrivin eller Zymelin er utrolig effektivt ved akut forkølelse eller akut bihulebetændelse, da det skaber luftpassage. Desværre kommer mange af samme grund til at anvende dette i mere end 10 dage, hvilket næsen ikke tåler. Det medfører, at slimhinden hæver, og man kommer ind i en ond cirkel.