

God sömn trots allergisk snuva eller nässelutslag?

Aerius ger snabb lindring som varar hela dygnet utan att orsaka trötthet

Innehåll

Om allergisk snuva.....	3
Förekomst	3
”Långvarig förkylning” kan vara allergi	3
Allergisk snuva kan leda till astma	3
Diagnos och behandling av allergisk snuva.....	3
Enkelt att undersöka om man är allergisk	4
Medicinsk behandling	4
Praktiska råd för pollenallergiker.....	4
Kroniska nässelutslag	4
Medicinsk behandling med Aeries (desloratadin)	5
Länkar	5
Om Schering-Plough.....	6
Referenser	6

Om allergisk snuva

Allergi är ett samlingsbegrepp för när kroppen överreagerar på ett ämne (allergen) som normalt är ofarligt. Allergener som ofta kan ge allergisk snuva är pollen, pälsdjur och kvalster.

Kroppen försöker göra sig av med allergenet genom att producera histamin som ger en allergisk reaktion i form av t.ex. rinnande näsa, nysningar, nästäppa, rinnande ögon och ibland andningssvårigheter. Ofta kan klåda eller nässelutslag uppstå i kombination med allergisk snuva. En person med allergi känner sig allmänt påverkad och blir ofta trött. Symptomen är ofta mest besvärliga då personen utsätts för flera allergener samtidigt. Nästäppa och nysningar är särskilt besvärande under morgontimmarna. Nästäppa kan leda till att personen behöver munandas under sömnen något som i sin tur kan försämra sömnkvaliteten.

Förekomst

Cirka 60 miljoner personer i Europa lider av pollenallergi, den vanligaste formen av allergi. Allergisk snuva betraktas idag som en folksjukdom då nästan 30 procent av den vuxna svenska befolkningen är drabbad. Bland barn och ungdomar är siffran nästan 40 procent.

”Långvarig förkylning” kan vara allergi

Allergisk snuva ger symptom som även kan förekomma vid förkylning. De är därför lätta att förväxla. Feber, värk och smärta är ovanligt i samband med en allergisk snuva. Vanligtvis sitter besvären av en allergisk snuva i längre än de cirka 7 till 10 dagar som en förkylning brukar pågå. Allergi är ärftligt. Alla kan drabbas men sannolikheten är högre om en eller båda föräldrarna är allergiska.

Barn föds sällan med allergi, men kan utveckla det redan vid mycket tidig ålder. Därför är det viktigt att vara observant under hela uppväxten så att barnet får allergiliknande symptom undersökta.

Allergisk snuva kan leda till astma

Vid allergisk snuva är de övre luftvägarna påverkade. Det finns en risk att allergisk snuva leder till inflammation i de nedre luftvägarna. När lungor och luftrör påverkas kan personen utveckla astma. Astma är en inflammatorisk sjukdom i luftvägarna som kan orsaka andningssvårigheter.

Diagnos och behandling av allergisk snuva

För att underlätta diagnos av allergisk snuva har den vetenskapliga organisationen ARIA (Allergisk Rinit och dess Inverkan på Astma) i samarbete med WHO tagit fram en klassificeringsstruktur. Allergisk snuva kan delas in i **intermittent** (symptom i mindre än 4 dagar per vecka eller mindre än 4 veckor) och **persisterande** (symptom i mer än 4 dagar per vecka eller mer än 4 veckor).

Olika former av allergisk snuva

Intermittent (IAR)

Symtom

- < 4 dagar/vecka
- eller < 4 veckor/år

Persisterande (PER)

Symtom

- > 4 dagar/vecka
- och > 4 veckor/år

Sjukdomen kan även klassificeras som **lindrig** eller **måttlig/svår**.

Lindrig

- Normal sömn
- Normala dagliga aktiviteter, sport, fritid
- Normalt yrkes- och skolarbete
- Inga besvärande symtom

Måttlig – svår

En eller flera punkter

- Onormal sömn
- Påverkan av dagliga aktiviteter, sport, fritid
- Problem i yrkes- och skolarbete
- Besvärande symtom

Enkelt att undersöka om man är allergisk

Diagnosen består dels av en läkarundersökning där patienten även får berätta hur besvären uppträder. För att fastslå vilka allergener en person är överkänslig mot finns så kallade pricktester där en liten mängd av allergenet injiceras i det yttre hudlagret för att sedan mäta diametern på den reaktion som uppstår. Det finns även blodprover där det möjligt att mäta antikropps nivåer mot specifika allergener. Med blodprover kan man även se vilka allergener en person håller på att utveckla en känslighet mot.

Medicinsk behandling

ARIA har utvecklat en behandlingstrappa som grund för läkarens rekommendationer och medicinering. Vid lindriga besvär brukar antihistaminer ofta i form av tabletter vara lämpliga. Då besvären är medelsvåra till svåra kan en nasal steroid användas alternativt kombinationen av antihistamin och nasal steroid. För de med svår allergi kan specifik immunterapi, kallad allergivaccination, erbjudas.

Praktiska råd för pollenallergiker

När det gäller allergisk snuva vid pollen är det ofta möjligt att lindra besvären genom att i vardagen ta hänsyn till lite råd och tips under pollensäsongen:

- Följ de dagliga pollenprognoserna och planera aktiviteter därefter. Kom ihåg att pollenhalten ofta är som högst mellan 5 och 10 på morgongen – vistas då gärna, om möjligt, inomhus.
- Duscha och skölj håret dagligen, gärna innan sänggående.
- Torka inte tvätt utomhus.

Nässelutslag

Nässelutslag, även kallat urtikaria, är utslag på huden som liknar de som uppstår vid kontakt med brännässla. De är upphöjda och lite vitaktiga med en rodnad runt omkring. De kan vara en millimeter till över en centimeter i diameter. De uppstår till följd av frisättning av histamin – samma process som ger allergisk snuva. Utslagen kliar ofta våldsamt och kan störa sömnen och därmed minska arbetskapaciteten.

Nässelutslag kan utlösas av kyla, ljus, värme, kontakt med olika substanser, stress, infektioner etc. De kan även uppstå av okänd orsak och kallas då för idiopatiska nässelutslag. När de varat i mer än 6 veckor kallas nässelutslagen för kroniska.

Kroniska besvär bör behandlas med antihistaminer för att motverka svullnader och klåda. Det är viktigt att rätt behandling ges för att främja en normal sömn och god livskvalitet och prestationsförmåga.

Medicinsk behandling med Aeries (desloratadin)

Aeries är ett modernt antihistamin för behandling av allergisk snuva och urtikaria. Sedan april månad 2008 har Aeries fått en utökad indikation från kronisk idiopatisk urtikaria till urtikaria generellt.

Till skillnad från många andra antihistaminer har Aeries inte en sederande effekt; dvs patienten blir oftast inte trött och dåsig. Aeries har effekt i 24 timmar och det räcker med en tablett om dagen. Aeries erbjuder symptomlindring även under natten och morgontimmarna, den tid som ofta är förknippad med mest besvär.

Aeries har en liten men konstant effekt även på nästäppa. Studier visar att både den upplevda nästäppan minskar och det faktiska luftflödet ökar vid behandling med Aeries.^{i,4} 2003 gav Läkemedelsverket ut behandlingsrekommendationer för allergisk snuva. I dessa anges bland annat att "...till skillnad från loratadin har således desloratadin (Aeries) en liten men konstant och signifikant effekt på nästäppa..."ⁱⁱ

Behandling med Aeries gör att livskvaliteten är så pass god att personer med allergisk snuva ofta kan arbeta och gå i skola precis som vanligt. Förmåga att vara produktiv samt lösa problem förbättras vid behandling med Aeries i jämförelse med placebo.ⁱⁱⁱ

Aeries ger en både snabb och ihållande effekt vid behandling av kroniska idiopatiska nässelutslag. Redan efter en dos är effekten påtaglig. Det är även bevisat att Aeries främjar en bättre sömn hos dessa patienter.⁵

Aeries lindrar besvären både i en tidig allergisk fas och i en senare inflammatorisk fas. Aeries kan blockera allergiska symptom och kontrollera efterföljande inflammatoriska reaktioner. Läkemedlet ger sällan några biverkningar.

Aeries är en stark blockerare av H1- receptorn, den primära verkningsmekanismen för antihistaminer. Genom att blockera H1- receptorn kan histaminet inte utöva den effekt som den vanligen utövar vid en allergisk reaktion. Aeries hämmar även andra substanser i den allergiska reaktionen. I kombination leder detta till effektiv symptomlindring.

Aeries tablett 5 mg är godkänt för behandling av allergisk snuva och nässelutslag för personer 12 år och uppåt. Den finns både som en vanlig tablett och i en särskild tablettform, munsönderfallande tablett, som faller sönder på tungan. Den munsönderfallande tabletten kan intas utan att man samtidigt behöva dricka vatten – något som förenklar för patienten. Det finns även en munsönderfallande tablett 2,5 mg avsedd för barn 6-11 år sedan april månad 2008.

Aeries finns i flytande form för behandling av barn från 1 år. En ny oral lösning för barn som inte innehåller socker, färgämnen eller bensoater finns snart tillgänglig. Aeries är det enda antihistaminet som är godkänt för behandling av både intermittent och persisterande allergisk snuva

Länkar

www.astmaoallergiforbundet.se (Astma- och Allergiförbundet)

www.unqaallergiker.se (Unga Allergiker)

www.sffa.nu (Svenska föreningen för Allergologi)

www.allergi.nu (Schering-Ploughs informationswebb om allergier inklusive pollenprognos)

www.aeries.se (Schering-Ploughs informationswebb om Aeries)

Om Schering-Plough

Schering-Plough AB är ett dotterbolag till ett av de mest forskningsintensiva globala läkemedelsföretagen, amerikanska Schering-Plough Corporation. Företagets forskning och utveckling är inriktat på såväl receptbelagda som receptfria läkemedel samt veterinärmedicin.

I november 2007 togs ett viktigt steg i företagets utveckling då Schering-Plough gick samman med Organon BioSciences. Företagets vision är "to earn trust, every day" från patienter, läkare, sjukvården och andra intressenter med hjälp av 50 000 anställda runt om i världen.

I Sverige är Schering-Plough sedan samgåendet med Organon ett av de större läkemedelsföretagen. De terapiområden företaget huvudsakligen är verksamt inom är reumatiska sjukdomar, kvinnohälsa, inflammatoriska tarmsjukdomar, centrala nervsystemet, astma/allergi, infektion, cancer, hjärta/kärl och hudsjukdomar. Flera av nyckelprodukterna är marknadsledande.

För ytterligare information:

www.schering-plough.com, www.schering-plough.se

Referenser

¹ Horak et al. Effect of desloratadine versus placebo on nasal airflow and subjective measures of nasal obstruction in subjects with grass pollen-induced allergic rhinitis in an allergen-exposure unit. *Journal of allergy and clinical immunology* 2002; 109: 956-61.

² Information från Läkemedelsverket, *Behandling av allergisk rinit*, nr 3 2003;47, Holmberg K

³ A. Pradalier, Desloratadine improves quality of life and symptom severity in patients with allergic rhinitis, *Allergy* 2007;62:1331-1334

⁴ Canonica et al, Efficacy of desloratadine in the treatment of allergic rhinitis: a meta-analysis of randomized, double-blind, controlled trials, *Allergy* 2007;62:359-366

⁵ J.Ring et al *Int. Journal of Dermatology* 2001 40, 1-5