



## Kortison og allergi

Allergisesongen begynner stadig tidligere. De som er allergiske mot or eller hassel kan avhengig av bosted få symptomer allerede i februar og mars.

I Sør-Norge blomstrer bjørken i april/mai, gresspollensesongen varer fra midten av juni til begynnelsen august og spredningen av burot skjer fra slutten av juni til cirka 20. august. Blomstringsperiodene i Nord-Norge begynner om lag en måned seinere enn i Sør-Norge. Best virkning av allergitabletter får man ved å begynne minst en uke før for forventet pollenspredning. Nesespray og øyendråper kan du starte med når du merker symptomer. Det er viktig å ta medisiner også de dagene du ikke er plaget.

Hvis man begynner behandlingen for seint, eller den ikke har tilstrekkelig effekt, har mange tidligere fått en injeksjon med kortison. Spesialister anbefaler nå at bruk av kortisonsprøyter mot pollenallergi reduseres. Grunnen er at ikke det foreligger tilstrekkelig dokumentasjon for hvor raskt, hvor lenge og i hvilken grad behandlingen virker. Videre ønsker man at langtidsbivirkninger blir bedre kartlagt. Velkjente bivirkninger av kortisonsprøyter er blant annet søkk i huden på innstikkstedet, vektøkning, søvnforstyrrelser og humørforandringer, økt blodsukker og blodtrykk, risiko for sår i mage og tarm og infeksjoner samt svekkelse av beinvev. Ved behandling av barn kan veksthemning oppstå.

Begynn derfor med allergimedisiner i god tid før sesongen begynner. Da vil medisinen(e) som regel effektivt beskytte slimhinnene i øynene, nesen og luftveiene dine. Det vil redusere behovet for å kortisonsprøyter hos de fleste.

Kilde: Tidsskrift for Den norske legeforening 2014