



Astma-Allergi
Danmark



Anafylaksi

REAGER + RED + RING



Reager

Anafylaksi er en alvorlig allergisk reaktion. Den viser sig hurtigt og påvirker hele kroppen. Derfor er det vigtigt at reagere hurtigt og give adrenalin.

Hvor hurtigt kommer symptomerne?

Anafylaksi opstår som regel få minutter efter, at du er blevet udsat for det, du er allergisk over for. For nogle kan reaktionen dog komme helt op til et par timer senere. Det er vigtigt, at du kender symptomerne, så du kan starte behandlingen med det samme.



HVAD KAN UDLØSE ANAFYLAKSI?

Fødevarer, medicin og insektgift er de mest almindelige årsager til anafylaksi.

Hos børn er det oftest æg, peanuts, nødder, hvede og mælk, der udløser reaktionen. Hos voksne er det skaldyr, nødder og peanuts.

Blandt medicin er det antibiotika (som penicilliner) og smertestillende medicin (som ibuprofen), der kan udløse anafylaksi.

Insektgift fra hvepse og bier er også en almindelig årsag.

Sjældne årsager til anafylaksi

Fysisk anstrengelse lige efter indtag af visse fødevarer – især hvede – kan for nogle udløse en reaktion, som kaldes løbershock eller fødevareudløst anstrengelsesanafylaksi. En anden sjælden årsag til anafylaksi er allergi over for kød fra pattedyr, hvor reaktionen ofte kommer forsinket 2 til 6 timer efter måltidet. Hos nogle kan man ikke finde en udløsende faktor; dette kaldes idiopatisk anafylaksi, hvilket betyder anafylaksi uden kendt årsag.

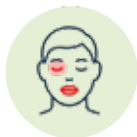
Faktorer, som kan øge risikoen for anafylaksi eller forværre reaktionen

Børn med atopisk eksem har større risiko for udvikling af fødevareallergi – og dermed større risiko for anafylaksi. Astma, som ikke er velbehandlet, kan forværre situationen, da anafylaksi ofte påvirker vejrtrækningen. Fysisk aktivitet og indtag af alkohol kan forværre dine symptomer under anafylaksi. Nogle typer smertestillende medicin – for eksempel ibuprofen – kan også forværre anafylaksi. Hvis kroppen er ramt af infektion, feber eller er stresset, kan du reagere voldsommere på det, du er allergisk over for. Har du tidligere haft anafylaksi, er der øget risiko for at opleve det igen, hvis du udsættes for det, du er allergisk over for. Hvis du har den sjældne sygdom i immunsystemet mastocytose, har du øget risiko for anafylaksi – særligt over for insektgift.

SYMPTOMERNE PÅ MILD TIL MODERAT ALLERGISK REAKTION KAN VÆRE ET ELLER FLERE AF DISSE:



Nældefeber med kløende hud



Hævelse af læber og omkring øjne



Kløen eller prikken i munden



Mavesmerter, kvalme, opkastning

SYMPTOMER PÅ ALVORLIG ALLERGISK REAKTION OG ANAFYLAKSI KAN VÆRE ET ELLER FLERE AF DISSE:



Luftveje: Hævet tunge og fornemmelse af, at halsen lukker til, synkebesvær, ru eller hæs stemme



Vejrtrækning: Åndedrætsbesvær, trykken for brystet, pibende/hvæsende vejrtrækning, vedvarende hoste



Kredsløb: Svimmelhed, nærbesvimelse eller besvimelse, hjertebanken, bevidstløshed, bleghed og slaphed (hos spædbørn/små børn), hjertestop

Alvorlige symptomer vil ofte vise sig i kombination med milde symptomer.

Symptomer

Det er forskelligt fra person til person, hvordan anafylaksi viser sig. De første tegn er ofte varmekøbsfølelse og rødme på huden, intens kløe flere steder på kroppen (som regel i håndflader, fødsåler og behårede hudområder). Du kan opleve sygdomsfølelse, ængstelse, trykken for brystet og hjertebanken. Du vil altid opleve flere symptomer samtidig. Symptomerne kan være milde, moderate eller alvorlige og involverer oftest luftvejene eller kredsløbet. Milde symptomer kan udvikle sig til at blive mere alvorlige, men det er svært at forudsige forløbet fra begyndelsen.

Særligt hos mindre børn med anafylaksi

Symptomerne hos børn kan se anderledes ud end hos voksne. Ændring i adfærd og aktivitet kan være de første tegn på anafylaksi hos mindre børn. Børn har ikke nødvendigvis vejrtrækningsproblemer eller samme tegn på påvirket kredsløb som voksne (som høj puls, lavt blodtryk eller besvimelse). De kan i stedet blive stille og slappe eller svært utilpasse med gråd og uro. Børn får også oftere symptomer fra mave-tarm-kanalen end voksne. Det kan være diarré, opkast og mavekrampe. Jo større børnene bliver, jo mere ligner deres symptomer dem hos voksne.

Red

Adrenalin er den vigtigste medicinske behandling ved anafylaksi, og den redder liv.

Adrenalin virker hurtigt, mindsker hævelse, åbner luftvejene og stabiliserer kredsløbet. Adrenalin kan gives på to måder: som indsprøjtning med en pen eller som næsespray. Begge dele findes i forskellige doseringer og er lavet til at være enkle og sikre at bruge. Hvad der er den rette dosis, afhænger af kropsvægt. Din læge ordinerer den rette dosis til dig.

Pennen er en sprøjte, som udløses automatisk og giver den rette dosis adrenalin, når du aktiverer den og støder den mod musklen.

Næsesprayen er en nålefri behandling, som giver den rette dosis adrenalin med et enkelt spray ind i næsen.

Det er en god idé at informere din omverden om, at du har en adrenalinpen eller -næsespray, så de kan hjælpe, hvis der opstår en situation, hvor der er brug for adrenalin. Det kan være familie, venner eller kollegaer – og hvis det er dit barn, som har anafylaksi, kan det være skole, institution og legekammeraters forældre. Det er vigtigt at informere om, hvilke symptomer de skal handle på, og hvordan de skal give medicinen, så der ikke er tvivl i den akutte situation.

Hvornår skal du behandle med adrenalin?

Du skal altid behandles med adrenalin, hvis du oplever:

- vejrtrækningsproblemer
- hævelse i hals og/eller mund
- svimmelhed
- nærbesvimelse eller besvimelse
- symptomer fra flere steder i kroppen på samme tid
- hurtig forværring af milde/moderate symptomer (se tidligere oversigt over symptomer)
- vejrtrækningsstop
- hjertestop.



TØV ALDRIG MED AT BRUGE ADRENALIN

Du må aldrig erstatte adrenalin med anden allergimedisin (for eksempel antihistaminer) ved anafylaksi.

Hvis du ikke har adrenalin, bør du straks ringe til 1-1-2 og bede om en ambulance.

SÅDAN BRUGER DU EN ADRENALINPEN



1

Tag pennen ud af hylsteret.



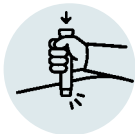
2

Sørg for, at pennen vender rigtigt.



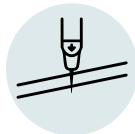
3

Fjern beskyttelseshætten. Nålen sidder i modsatte ende af beskyttelseshætten.



4

Stød pennen mod ydersiden af låret, og hold den fast mod låret i 10 sekunder.



5

Nålen kan stikke igennem bukser og jeans, men ikke gennem flyverdragt og overtræksbukser.



6

Fjern pennen, og massér indstiksstedet i 10 sekunder.

SÅDAN BRUGER DU EN NÆSESPRAY MED ADRENALIN



1

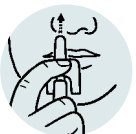
Tag næsesprayen ud af pakningen.



2

Hold næsesprayen med en finger på hver side af spidsen og tommelfingeren på bunden af stemplet.

Træk eller tryk ikke på stemplet, og lav ikke et testspray ud i luften. Der er kun én dosis i beholderen.



3

Før spidsen så langt ind i næseboret, den kan komme. Sørg for at holde spidsen lige midt i næseboret: Den skal pege opad mod panden og må ikke rettes ind mod næsevæggen.



4

Tryk stemplet i bund, så det sprøjter væske ind i næseboret. Snus ikke ind, imens eller efter du har taget næsesprayen.

HUSK:

- Hvis du har astma, skal du også tage hurtigtvirkende astmamedicin.
- Hvis du bliver svimmel eller er tæt på at besvime, skal du lægge dig ned inden behandling med adrenalin.
- Vær opmærksom på, at både pen og næsespray kun kan bruges én gang.

Ring 1-1-2

Når du har givet dig selv eller andre adrenalin, SKAL du altid ringe efter en ambulance. Ring 1-1-2, og fortæl, at det drejer sig om anafylaksi.

Alle, der har fået adrenalin for anafylaksi, skal til observation på hospitalet, da symptomerne kan komme igen.

Når du har fået adrenalin, skal du sørge for:

- at ligge på ryggen, gerne med benene oppe. Hvis du er gravid, skal du ligge på venstre side. Hvis din vejrtrækning er besværet, kan du sidde op med benene løftet – for eksempel hvilende på en skammel.
- at holde dig i ro og ikke bevæge dig. Bevægelse kan forværre reaktionen.
- at bevare roen, så godt du kan.
- at der så vidt muligt er nogen, som bliver hos dig, til den professionelle hjælp kommer.



VIL DU VIDE MERE?



.....

På astma-allergi.dk kan du læse mere og se film om anafylaksi, downloade denne pjece og blive klogere på allergi og astma.

.....



**Du er meget velkommen til at ringe til
Astma-Allergi Danmarks Rådgivning på tlf. 43 43 42 99.**

**Du kan også blive medlem af Astma-Allergi Danmark
på astma-allergi.dk. Med et medlemskab er du med til at skabe
bedre vilkår for alle med astma, allergi, høfeber og eksem.**

TJEKLISTE TIL DIG, DER ER I RISIKO FOR ANAFYLAKSI:

-  Vid, hvad der udløser din allergi, og hvordan du undgår det.
-  Vid, hvad du skal gøre, hvis du ved et uheld udsættes for det, du ikke tåler.
-  Vær opmærksom på tegn og symptomer på anafylaksi.
-  Hav altid din adrenalinpen eller -næsespray på dig. I nogle tilfælde kan lægen vurdere, at du bør bære to penne eller sprays i stedet for én.
-  Sørg for, at du og dine nærmeste ved, hvordan adrenalinpen eller -næsespray bruges (øv med træningspen og træningsspray).
-  Tjek udløbsdato og udseende på din pen eller næsespray, og skift den ud i tide.
-  Opbevar adrenalinpen eller -næsespray korrekt efter forskrifterne.
-  Bed din læge om en skriftlig behandlingsplan tilpasset netop din situation.
-  Hvis du har astma, så sørg for, at den er velbehandlet.

Har du spørgsmål om din risiko for anafylaksi, eller hvordan du skal behandles, så tal altid med din læge.

