

## Till dig som har luftrörskatarr

Luftrörskatarr (akut bronkit) är en förkylning i luftrören. Slemhinnorna i luftrören som går från halsen till lungorna svullnar och blir irriterade. Hosta är det vanligaste symtomet och hostan pågår i genomsnitt tre veckor. Du kan även ha feber, halsont och snuva.

Luftrörskatarr orsakas oftast av virus eller ibland av bakterier. Oftast går sjukdomen över av sig själv.

Hostan kan vara besvärlig, men den är kroppens sätt att skydda lungorna. Genom att hosta avlägsnas slem som annars skulle lagras i lungvävnaden där det kan ställa till bekymmer. Slem och upphostningar fungerar också som en barriär som fångar upp damm, bakterier och virus som vi andas in. Eftersom din hosta är en del i kroppens försvar, är det sannolikt att det är just det besväret som varar längst innan du blir helt frisk. Att hostan finns kvar så länge beror på att irritationen i luftrören läker långsamt.

### Antibiotikabehandling

Vid luftrörskatarr behöver du inte behandling med antibiotika om du i övrigt är lungfrisk. Även om luftrörskatarr beror på vanliga bakterier eller mykoplasma (en särskild sorts bakterie) så blir du inte fortare frisk. Så trots att antibiotika egentligen har effekt på bakterier (men inte på virus) så går inte hostan över fortare med antibiotikabehandling.

Det är inte bra att ta antibiotika i onödan då de nyttiga bakterierna du bär på slås ut.

Antibiotika kan ge biverkningar såsom diarré och utslag. Dessutom bidrar antibiotika till att bakterier blir motståndskraftiga (resistenta) så att antibiotika inte fungerar när det verkligen behövs vid allvarliga bakterieinfektioner.

Ibland kan dock antibiotika behövas vid luftrörskatarr, till exempel för personer med en redan känd lungsjukdom.

### Goda råd

- Smärtstillande läkemedel som paracetamol eller ibuprofen kan lindra feber och bröstsmärtor.
- Hostan påverkas oftast väldigt lite av olika hostmediciner.
- Drick ofta av valfri, gärna ljummen dryck.
- Rökning förvärrar symtomen och ökar risken att du får återkommande besvär.

### Att vara uppmärksam på

- Ofta tar det två till tre veckor innan du blir helt bra. Om du mår bra fränsett hostan behöver du inte oroa dig, framför allt inte om du samtidigt långsamt blir bättre.
- Om du får nya eller förvärrade symtom, om du börjar hosta blod eller börjar känna dig andfådd ska du kontakta din vårdcentral igen.
- Om hostan inte går över på fyra till fem veckor, eller om du ofta, flera gånger om året, får långvarig hosta bör du kontakta vårdcentralen för en lungundersökning.

