

## Råd till dig som har ont i halsen

De allra flesta halsinfektioner läker ut av sig själv inom en vecka, oavsett om de orsakats av virus eller bakterier. Om du har ont i halsen och samtidigt har snuva, heshet eller hosta och ibland feber, så talar det starkt för att det är ett förkylningsvirus som ligger bakom. Då ska man låta infektionen läka av sig själv eftersom penicillin inte gör nytta mot virus. Ibland kan det onda i halsen sitta i någon vecka.

Om du bara har halsont och feber utan snuva, heshet eller hosta, d v s halsfluss, orsakas infektionen ibland av bakterier, framförallt streptokocker.

Vid lindrig halsfluss har man inte någon nytta av antibiotika. Vid måttlig eller svår halsfluss med streptokocker rekommenderas antibiotika. Vid svår halsfluss kan antibiotika förkorta tiden med besvär med två till tre dagar.

### Kan läkaren ta ett prov för att se om du kan ha nytta av penicillin?

Om du har halsont utan hosta, heshet eller snuva och har feber (mer än 38,5 grader), svullna lymfkörtlar på halsen eller vita beläggningar på halsmandlarna orsakas ungefär hälften av infektionerna av streptokocker. Eftersom det inte går att se med ögat vilka infektioner som orsakas av streptokocker kan läkaren ta ett snabbtest från halsen för att se om penicillin kan göra nytta. Blodprover har läkaren mycket sällan någon nytta av.

Det är vanligt att barn, framför allt i förskoleåldern, är bärare av streptokocker i halsen. Läkaren tar därför inte några snabbtester på

barn om de inte har tydliga tecken på halsfluss. Enbart bärarskap bör inte behandlas med antibiotika. Förr i tiden kunde streptokockorsakad halsfluss orsaka reumatisk feber och njurinflammation, men i dagens Sverige är dessa följd tillstånd oerhört sällsynta. Därför behöver man inte längre hitta och behandla alla de som enbart bär på streptokocker i halsen.

### Antibiotikabehandling

Om antibiotika bedöms göra nytta ges i första hand penicillin eftersom det har en mycket bra effekt mot streptokocker. Efter 2-3 dagars antibiotikabehandling är du smittfri.

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.

### Godaråd

- Dryck och halstabletter kan vara lindrande.
- Smärtstillande läkemedel kan tas vid behov, t ex paracetamol eller ibuprofen.
- Tvätta händerna ofta för att undvika smitta.

### Att vara uppmärksam på

Kontakta läkare på nytt om du försämras eller inte blivit bättre inom tre till fyra dagar. Ta även kontakt om du får svårt att gäpa eller svälja. Du kan till exempel ha fått en halsböld, d v s en varbildning vid halsmandlarna.

