

# Till dig som har en luftrörskatarr

**Vi hoppas att denna information kan hjälpa dig att förstå varför hostan är besvärlig och hur förloppet brukar vara.**

## Vad är luftrörskatarr?

Luftrörskatarr är en förkylning i luftrören som går ner från näsan och halsen till lungorna. Slemhinnorna i luftrören svullnar och blir irriterade. Hosta är det vanligaste symtomet och kan sitta i upp till tre veckor. Du kan även ha feber, halsont och snuva.

Luftrörskatarr orsakas av virus eller av bakterier. För det mesta går sjukdomen över av sig själv.

## Varför hostar man?

Hostan är besvärlig men är kroppens sätt att skydda lungorna. Genom att hosta avlägsnas slem istället för att lagras i lungvävnaden där det kan ställa till bekymmer. Slem och upphostningar fungerar också som en barriär som fångar upp damm och bakterier 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. Hostan pågår så länge beroende på att svullnaden och irritationen i luftrören läker långsamt och hostan finns därför kvar även efter att själva infektionen läkt.

## Borde jag behandlas med antibiotika?

Antibiotika är bara effektiva mot bakterier och dödar inte virus. Vid luftrörskatarr behövs inte antibiotika för personer som i övrigt är lungfriska, även om den skulle vara orsakad av bakterier eller mykoplasma. Du blir inte frisk fortare.

Det är inte bra att ta antibiotika i onödan. De nyttiga bakterierna du bär på slås ut. Antibiotika kan ge biverkningar som diarré. Dessutom bidrar antibiotika till att bakterier blir mostståndskraftiga (resistenta).

Ibland kan dock antibiotika behövas, till exempel för personer med känd lungsjukdom. Om du har fått antibiotika är det viktigt att du äter hela kuren.

## Vad kan jag göra för att lindra symtomen?

Paracetamol (Alvedon eller Panodil) eller salicylsyra (Magnecycl eller Treo) kan lindra feber och bröstsmärtor. Kom ihåg att dricka mycket vätska. Hostan påverkas oftast väldigt lite av olika hostmediciner. Du ska förstås sluta röka.

## Är det något jag ska se upp med?

Ofta tar det två till tre veckor innan du blir bra. Om du mår bra fränsett hostan behöver du inte oroa dig, framför allt inte om du samtidigt långsamt förbättras. Om du får nya eller förvärrade symtom, om du börjar hosta blod eller känna dig andfådd ska du kontakta din vårdcentral igen. Kvarstår hosta längre än 4-5 veckor, eller du ofta får långvarig hosta flera gånger om året bör du kontakta vårdcentralen för en lungundersökning.

**Denna information ges ut av Strama, samverkan mot antibiotikaresistens. För mer information se: [www.strama.se](http://www.strama.se)**

The logo for Strama, featuring a grey curved line above the word "Strama" in a bold, red, sans-serif font.

Samverkan mot antibiotikaresistens