

Bliv ikke stoppet af næsen

TEKST: FARMACEUT MARIANNE MØLLER

Vinter og kulde giver mange en stoppet næse. Næsemidler i håndkøb fra apoteket kan give hurtig lindring. Men der er mange af dem i handelen, og de findes både som dråber og spray. Hvad skal man vælge - og hvordan bruger man midlerne rigtigt?

Spray fordeler lægemidlet over en større overflade i næsen og er mere praktisk i brug end dråbeflasker

FOTO: PACKSHOP

Hver eneste dag er der knap 50.000 danskere, der bruger næsedråber eller spray mod stoppet næse. Midlerne giver hurtigt luft i næsen, og de virker i 10-12 timer. De må kun bruges 2-3 gange dagligt i maksimalt en uge.

Midler mod stoppet næse får de små blodkar i næsen til at trække sig sammen, så den hævede slimhinde mindskes. Det er det samme, der sker, når vi dyrker sport. Her trækker blodkarrene i næsen sig også sammen, så vi kan ånde ubesværet.

Når næsen siger stop

Slimhinden i næsehulen er beklædt med fimrehår, der transporterer støv og slim ud af næsen. Næsen renser derfor normalt sig selv. Ved forkølelse hæver blodkarrene i slimhinden op samtidig med, at slimproduktionen øges. Resultatet er en stoppet næse.

En stoppet næse forhindrer os i at kunne lugte og trække vejret ubesværet. Evnen til at tale klart og tydeligt forstyrres også, og man kan blive tung i hovedet, få "klap for ørerne", hørenedsættelse og øresmerter.

Slimhinden kan blive så hævet, at forbindelsen til øret - det eustakiske rør - lukker til. Det kan ende med en bihule- eller mellemørebetændelse, hvis næsesekretet sætter sig fast.

Virker lokalt i næsen

Næsedråber eller spray kan gøre det mere udholdeligt at være forkølet. Men midlerne virker kun lokalt på symptomerne i næsen, og de kan ikke fjerne selve forkølelsen.

Gravide og ammende kan også bruge midlerne. Personer med visse former for grøn stær må dog ikke bruge næsemidlerne.

De karsammentrækkende midler afgiver forsvindende lidt lægemiddel til blodbanen bag næsens slimhinde. Men hvis man har et overforbrug af midlerne, kan man få rysten på hænderne, hjertebanken og uro.

Kun i én uge

Hvis man bruger næsemidlerne mere end 2-3 gange dagligt en uges tid, er der risiko for at udvikle en afhængighed, så man hele tiden har behov for en ny dosis, for at luften kan passere frit gennem næsen.

Overlæge Peter Borum fra øre-næse-hals-afdelingen på Roskilde Amtssygehus er bekymret over, at mange tilsyneladende ikke betragter næsedråberne som et lægemiddel og derfor bruger dem længere end den anbefalede tid.

- Vi ser ofte patienter med stoppet næse, der har brugt næsemidlerne for

Næsespray til voksne og børn over 7 år

Produkt og producent	Indholdstof og styrke	Konservationsmiddel	Pris	Pris pr. dag *
Passagen Durascan	Xylometazolin 1 mg/ml	Ja	24,90 kr.	1,25 kr.
Iliadin Ukonserveret Merck	Oxymetazolin 0,5 mg/ml	Nej	48,00 kr.	1,30 kr.
Iliadin Merck	Oxymetazolin 0,5 mg/ml	Ja	34,55 kr.	1,40 kr.
Zymelin Nycomed	Xylometazolin 1 mg/ml	Ja	24,90 kr.	1,40 kr.
Otrivin Ciba-Geigy	Xylometazolin 1 mg/ml	Ja	35,45 kr.	2,00 kr.
Otrivin Ukonserveret Ciba-Geigy	Xylometazolin 1 mg/ml	Nej	35,45 kr.	2,00 kr.
Otrivin Menthol Ciba-Geigy	Xylometazolin 1 mg/ml	Ja	39,35 kr.	2,20 kr.
Drixin Schering-Plough	Oxymetazolin 0,5 mg/ml	Ja	38,70 kr.	2,60 kr.
Drixin Menthol Schering-Plough	Oxymetazolin 0,5 mg/ml	Ja	40,30	2,70 kr.

Priser pr. januar 1998.

* Pris pr. dag er baseret på den anbefalede mængde: 1-2 pust 2 gange dagligt.

Produktene indeholder forskellige mængder lægemiddel, og dagsprisen kan derfor ikke direkte relateres til indkøbsprisen.

COPYRIGHT: TÆNK

længe, siger han. Han opfordrer folk til at læse informationen på det lægemiddel, de køber, så overforbrug undgås.

Ved et overdrevent forbrug kan man få en irriteret og hævet næseslimhinde, så der nærmest bliver behov for nedtrapning. Lægen kan blive nødt til at ordinere et middel mod allergi, så man slipper af med hævelsen.

Allergi eller løbenæse?

Man kan blive stoppet i næsen af andre årsager end forkølelse. Røg og kemiske dampe kan f.eks. irritere næseslimhinden, så den reagerer ved at hæve op. På samme måde kan allergi over for f.eks. pollen eller støvmider give samme symptomer. Hvis problemet med den stoppede næse fortsætter ud over en uge, kan der være tale om en allergi, og man bør derfor ikke fortsætte med at bruge dråberne/sprayen. I stedet kan

man konsultere sin læge eller apoteket, for at få et lægemiddel mod allergi. Allergi kan behandles med tabletter eller lokalt virkende næsedråber.

Hvis man omvendt har problemer med, at næsen løber, bør man gå til sin læge, for at få en recept på et næsemiddel, der hindrer næsen i at producere det vandige sekret. Man kan også købe antihistamin-tabletter i håndkøb, der udtørre næsen.

Er den skæv?

Næsen kan også tilstoppe, hvis man har en skæv næsevæg. Man kan få en skæv næsevæg, hvis man slår næsen, eller ved at den vokser sig skæv med alderen. Det kan blive nødvendigt at operere. Men hvis man oven i en skæv næsevæg har helårshøfeber, hvor slimhinden hæver op, kan allergi-næsedråber klare den værste hævelse. - Cirka

en femtedel af de, der troede, de skulle opereres i næsen, slipper med, at vi giver et allergimiddel i stedet, fortæller overlæge Peter Borum, Roskilde Amtssygehus.

Specielle produkter til børn

Små børn bør kun i begrænset omfang bruge næsemidlerne, da deres næseslimhinde er tyndere end voksnes. Børn bør derfor kun bruge produkter med en lavere styrke af lægemidlet. Børn over 7 år kan dog bruge de voksnes næsespray eller dråber. Til børn under 2 år findes kun ét produkt, der indeholder et aktivt lægemiddel, Iliadin 0,1 mg dråber. Det bør ikke tages i brug, uden at lægen er blevet spurgt. Til børn fra 0-2 år kan man i stedet anbefale sterilt saltvand til at skylle næsen. Tørre skorper i næsen kan opløses ▶

Bliv ikke stoppet af næsen

◀ med saltvand, hvorefter man kan suge sekretet ud med en blød gummisprøjte eller en næsesuger fra apoteket.

Konserveringsmiddel kan undværes

Flere af næsemidlerne indeholder konserveringsmidlet benzalkoniumklorid, der ofte anvendes i øjen-, næse- og øre-dråber. Nylige undersøgelser har dog vist, at en måneds brug af næsemidler med stoffet kan gøre næseslimhinden mere hævet end normalt. Derfor er firmaerne nu begyndt at producere næsespray uden konserveringsmiddel.

Otrivin og Illiadin næsespray fås uden konserveringsmiddel. Det samme gælder Illiadin- og Nezeril-dråber i engangsbeholdere. Sprayflaskerne er lavet således, at luft ikke kan trænge ind, mens man bruger dem, og derfor kan midlerne holde sig til udløbsdato - selv efter brug.

Otrivin- og Illiadin-næsespray fås uden konserveringsmiddel. Det samme gælder Illiadin- og Nezeril-dråber i engangsbeholdere. Nyere undersøgelser viser, at produkter med konserveringsmiddel kan gøre næseslimhinden mere hævet end normalt efter længere tids brug

Illiadin Ukonsveret er umiddelbart dyrere, men bliver billigere pr. dagsdosis, end det tilsvarende konserverede produkt. Dette gælder ikke for Otrivin, der er lige dyr med og uden konserveringsmiddel.

Dråber eller spray?

Spray fordeler lægemidlet over en større overflade i næsen og er mere praktisk at bruge end dråbeflasker. Desuden

er spray ofte mere hygiejnisk end dråber på flaske, da man på nogle af produkterne kan tage det øverste stykke af og rengøre det. På denne måde kan flere i familien nøjes med én spray, eller man kan gemme flasken til næste gang, man bliver forkølet. Alle produkterne på markedet, også dråbeflaskerne, holder til udløb - også efter brug - hvilket er ca. 2 år.

Prisen for dråber på flaske er lidt lavere for en dagsdosis end de tilsvarende spray.

Engangsbeholdere med dråber koster mere end spray og dråber på flaske - ca. 5 kr. for en daglig dosis. Desuden holder produkterne kun 3 måneder, når inderfolien i pakken er brudt. Til gengæld er de lette at medbringe i lommen. Også hvis man i ny og næ får brug for dem inden flyturen, hvis man har tendens til at få propper i ørerne.

Da alle produkterne er i håndkøb, bliver de dyrere, hvis man får dem på en recept fra lægen.

Tænks tip

Næsedråber eller spray med karsammentrækkende middel er velegnede til kortvarigt brug ved forkølelse og evt. bihulebetændelse. De må kun bruges 2-3 gange dagligt i højst én uge. Der bør også gå en måned, før man evt. igen bruger lægemidlet. Bruger man midlerne hyppigere, kan man udvikle en irritabel og unaturligt hævet næseslimhinde, der kan kræve "nedtrapning".

Spray, dråber på flaske og i engangsbeholdere fås på apoteket med og uden konserveringsmiddel. De fleste produkter har holdbarhed til udløb, også efter man har taget dem i brug. Dog skal dråber i engangsbeholdere anvendes inden for 3 måneder efter åbningen af folien i pakningen.

Dråber på flaske er billigere, men mere upraktiske end spray og engangsbeholdere. Prisen er 0,65-1,85 kr. pr. dag og afhængigt af, om man drypper 2 eller 3 dråber ad gangen. Dagsprisen for de fleste næsespray er mellem 1,30-1,40 kr. Drixin er dyrest til 2,60 kr. for en dagsdosis.

Dråber i engangsbeholdere er den dyreste løsning. Pris pr. dag er ca. 5 kr. for både Nezeril og Illiadin.

Læs i øvrigt altid den indlagte informationsseddel i den pakning, du har købt, eller spørg på apoteket.



FOTO-PACKSHOP



Prisen for dråber på flaske er lidt lavere pr. dagsdosis end på spray

FOTO: PACKSHOP

Næsedråber til voksne og børn over 7 år

Produkt og producent	Indholdstof og styrke	Konservations-middel	Pris	Pris pr. dag *
Iliadin Merck	Oxymetazolin 0,5 mg/ml	Ja	31,50 kr.	0,65-0,95 kr.
Zymelin Nycomed	Xylometazolin 1 mg/ml	Ja	28,30 kr.	0,75-1,20 kr.
Otrivin Ciba-Geigy	Xylometazolin 1 mg/ml	Ja	30,50 kr.	1,20-1,85 kr.
Iliadin Merck	Oxymetazolin 0,5 mg/ml Dråber i engangs-beholdere, 20 stk.	Nej	51,15 kr.	5,10 kr.
Nezeril Astra	Oxymetazolin 0,5 mg/ml Dråber i engangs-beholdere, 20 stk.	Nej	27,25 kr.	5,45 kr.

COPYRIGHT: TÆNK

Priser pr. januar 1998.

* Pris pr. dag er baseret på den anbefalede mængde: 2-3 dråber 2 gange dagligt.

Produkterne indeholder forskellige mængder lægemiddel, og dagsprisen kan derfor ikke direkte relateres til indkøbsprisen.

Saltvand godt til næseskyl

En saltvandsopløsning kan bruges til at fugte og skylle næsen, og det kan være tilstrækkeligt til at skabe luft. Det er vigtigt at tilføre salt, da almindeligt vand kan belaste næseslimhinden. Man kan selv blande 2 tsk. husholdningssalt i en halv liter vand, koge op og køle ned. Blandingen kan stå på badeværelset et par dage, men er naturligvis upraktisk at medbringe i lommen.

På apoteket kan man købe sterilt saltvand 0,9%, der svarer til kroppens saltbalance. Det er betydeligt dyrere end den hjemmelavede opløsning, men fås til gengæld i praktisk embal-

lage, der er let at have med i tasken. Produkter med saltvand fås i et sortiment af spray, engangspipetter og pumper. Man skal lægge mærke til holdbarhed efter åbning.

Otrisal- og Miwana-saltvandspray til børn indeholder konserveringsmiddel og har derfor en længere holdbarhed. Prisen er 38,50 kr. både for Miwana-spray (30 ml) og Miwana engangsbeholdere uden konserveringsmiddel (20 x 2 ml). Otrisal-spray (10 ml) koster 27 kr.

Miwana-engangsbeholdere er billigst, nemlig 962 kr. literen, hvorimod literprisen for Otrisal er 2.700 kr. Endelig

kan man få Natriumklorid 30 ml. pipetter til 77 kr. for 18 stk. Her bliver literprisen kun 143 kr. De indeholder dog ikke konserveringsmiddel.

Rhinomer er et forholdsvis nyt produkt med sterilt saltvand fra Atlanterhavet. Rhinomer-pumpen fås i tre forskellige strålestyrker til brug for næseskylning. Prisen er 69 kr. for 115 ml, det vil sige 600 kr. pr. liter, og holdbarheden er et par år.