

Nyhet

2020-03-19

Var tredje svensk upplever pollenbesvär – så behandlar du på rätt sätt

För var tredje person i Sverige är pollenbesvär ett återkommande bekymmer. Det visar en ny Sifo-undersökning gjord på uppdrag av Apotek Hjärtat. Pollen i luften gör våra luftvägar mer känsliga och många pollenallergiker upplever problem med hosta och astmatiska besvär. Därför är det viktigt att behandla sin pollenallergi på rätt sätt och börja medicinera i god tid.

En ny Sifo-undersökning som Apotek Hjärtat har beställt visar att drygt var tredje svensk (37 procent) har upplevt symtom på pollenallergi de senaste fem åren. Av dessa har 13 procent haft så stora besvär att de har behövt sjukskriva sig från jobb eller skola. För att inte må dåligt i onödan, eller belasta vården i onödan, är det viktigt att behandla sin pollenallergi på rätt sätt och i god tid.

I första hand kan man vända sig till ett apotek för att få hjälp. Där kan farmaceuten hjälpa till att välja ut rätt behandling samt göra en bedömning om du behöver kontakta sjukvården.

– Det är inte alltid lätt att göra rätt när det kommer till att hantera pollenrelaterade besvär. Här kan medarbetare på våra apotek hjälpa till med rådgivning och medicinering. Vid astmatiska besvär, som kräver receptbelagd medicin, kan vi också hjälpa till med inhalationstekniken. En studie som vi genomförde i fjol visar nämligen att många gör fel med sin inhalator, säger Annika Svedberg, chefsapotekare på Apotek Hjärtat.

Viktigt att påbörja medicinering i tid

Nya forskningsrön* visar att ju högre pollenhalter det finns i luften desto mer påverkas slemhinnornas eget försvar mot virus, som kan ha svårare att reagera och starta en motståndskraft i kroppen. Allergiska inflammationer kan sänka motståndskraften mot luftvägsvirus ytterligare. Det är därför viktigt att påbörja sin behandling i tid.

– En bra tumregel är att hålla koll på pollenprognoser och börja medicinera några veckor innan pollensäsongen drar i gång. Nu bör man alltså vara extra noggrann med behandlingen. Börjar man medicinera när man redan har fått besvär hjälper medicinen sämre, säger Annika Svedberg, chefsapotekare på Apotek Hjärtat.

Undersökningens resultat i korthet:

- Drygt var tredje svensk (37 procent) har upplevt symtom på pollenallergi de senaste fem åren.
- Av de som upplevt symtom uppger 43 procent att de har blivit diagnostiserade med pollenallergi av en läkare. 13 procent har behövt sjukskriva sig från jobb eller skola på grund av sina pollenallergiska besvär.

Om undersökningen:

Undersökningen har genomförts av Sifo på uppdrag av Apotek Hjärtat. Den bygger på 2 301 intervjuer bland svenska allmänheten och är riksrepresentativ. Datainsamlingen gjordes 18-25 februari 2020.

För mer information

ICA Gruppens presstjänst, telefon: +46 (0)10 422 52 52,
apotekhartat.se, icagruppen.se

**Enligt ny forskning om pollen och virus från [Göteborgs universitet](#) som deltagit i en internationell studie kring hur luftburna virus påverkas av höga pollenhalter.*