

## Akutt bihulebetennelse (Akutt sinusitt)

### Hva er bihulebetennelse?

Bihulebetennelse skyldes en infeksjon i nese-bihuleslimhinnene. Infeksjonen gir en hevelse som blokkerer åpningen mellom nese og bihulene. Ofte oppstår bihulebetennelse etter en virusinfeksjon, slik som forkjølelse eller influensa. Dersom bihulebetennelsen varer lengre enn en uke, kan det skyldes en bakteriell infeksjon.

Bihulebetennelse kan vare lenge. Varer den over 3 måneder kalles det *kronisk bihulebetennelse*. Biuhulebetennelse kan også opptre som kortvarige anfall som varer fire uker eller mindre. Dette kalles *akutt bihulebetennelse*.

### Hva er symptomene?

Bihulebetennelse kan være veldig smertefullt. Ved bihulebetennelse er følgende symptomer vanlig:

- Feber
- Smerter i pannen, overkjeven, tennene, kinnene eller rundt øynene
- Tap av smakssans
- Hodepine som forverres når du lener deg fremover (den kan starte når du står opp om morgenen)
- Tann smerter eller smerter når du spiser
- Store mengder grønt eller gult slim i nesen
- Nedsatt allmenntilstand
- Sår hals forårsaket av slimet som renner fra nesen og ned i svelget

Legen vil vanligvis kunne diagnostisere en bihulebetennelse ut fra symptomene. Hvis bihulebetennelsen er uvanlig kraftig eller tilbakevendende, kan det bli nødvendig med røntgenundersøkelse (CT).

### Behandling

Bihulebetennelse går oftest over uten behandling. Reseptfrie smertestillende som paracetamol eller ibuprofen kan lindre smertene. Dersom symptomene er veldig alvorlige eller vedvarer over en uke, bør lege kontaktes.

Antibiotika er en medisin mot bakterieinfeksjoner og fås bare på resept fra legen om symptomene har vært i mer enn en ukes tid. Antibiotika kan ha bivirkninger som magebesvær, diaré og enkelte ganger oppkast. Kortere kurer vil gi færre bivirkninger. Det finnes reseptfrie medisiner på apoteket som av og til brukes mot bihulebetennelse, Slimhinneavsvellende midler finnes i pilleform, som nesenspray og dråper. Formålet er å åpne tett nese, slik at du puster lettere.

### Hva er prognosen?

Omtrent to tredjedeler av de som får akutt bihulebetennelse blir bra uten noen behandling. Noen får gjentatte bihulebetennelser.

Bihulebetennelse kan forårsake alvorlige problemer som påvirker hjernen og øynene, men det er svært sjelden. Lege bør kontaktes umiddelbart ved sterk hodepine, stiv nakke, hvis det er smertefullt å se på lys, hvis du opplever dobbeltsyn eller dødsighet og forvirring.



trygghet når du trenger det mest