Vi får många frågor kring pollenallergi, astma och förhållningssätt i dessa tider. Såhär tänker vi att man kan resonera.. /Lena och Amie

## Pollenallergi

Precis i början av en förkylning eller i början på pollensäsongen kan nog många även vuxna känna att det är svårt att med säkerhet säga om det är förkylning eller allergi, detta gäller förstås i ännu större uträckning barn och särskilt små bra.

Om man är minsta osäker får man i detta läge ta det säkra före det osäkra och helt enkelt vara hemma från skolan. Och förstås se till att börja behandla med den arsenal som finns tillgänglig och som är lämplig för varje enskild individ (Tabletter, ögondroppar, nässpray, astmabehandling).

Det bästa man kan göra i det här läget är att som Allergiker vara extra noga med att komma igång med underhållsbehandling så snart som möjligt för att helt enkelt slippa att symtomen bryter ut.

## Allergisk astma

Verkar i sig inte vara en tydlig riskfaktor vid Corona infektion enligt vad vi vet nu. Men ska som tidigare behandlas enligt rekommendation från behandlande läkare. Om en person får allergisk astma i samband med pollensäsong är det extra viktigt att komma igång med underhållsbehandling i tid, för att förbättra förutsägningarna om man skulle drabbas av infektion och för att slippa fundera på om symtomen man har är kopplat till virus eller allergi.

## Förslag på informationsbrev till föräldrar

Flera har också sett behov av och önskat hjälp med att utforma informationsbrev angående detta till vårdnadshavare, här nedan kommer ett förslag som ni gärna får anpassa efter era förutsättningar.

**Hej!**

Här kommer ett extra informationsbrev angående Corona och pollenallergi.

Folkhälsomyndighetens allmänna råd för att skydda dig och andra från smittspridning:

***Stanna hemma när du är sjuk.***

*Känner du dig sjuk med symtom som snuva, hosta eller feber ska du försöka låta bli att träffa andra människor. Gå inte till jobbet, skolan eller förskolan. Det gäller även om du bara känner dig lite sjuk. Det är viktigt att inte riskera att smitta andra.*

Fullständig lista: <https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/skydda-dig-och-andra/>

Pollensäsongen har börjat och vi är på väg mot en tid när fler personer kommer att få allergiska symtom på grund av pollen. Det kan handla om rinnsnuva, nysningar, klåda i ögonen, astma mm. Det kan vara svårt att i samband med de första symtomen vara säker på om det rör sig om allergi eller förkylning. Om man är minsta osäker behöver man nu ta det säkra före det osäkra och stanna hemma från skola/jobb och invänta behandlingseffekt.

**Allmänna råd till dig som vårdnadshavare till ett barn med allergi:**

* Se till att påbörja underhållsbehandling i tid, helst veckor innan pollensäsong. Om barnet ännu inte har börjat, börja nu. Underhållsbehandling vid pollenallergi kan vara t ex antihistamintabletter och kortisoninhalationer för dem med allergisk astma.
* Om barnet får symtom på allergi, se till att omgående påbörja behandling utifrån den rekommendation barnet fått (tabletter, ögondroppar, nässpray och astmabehandling)
* När symtomen klingar av och du som vårdnadshavare med säkerhet kan säga att det var allergi och inte förkylning är barnet välkommet till skolan igen.