

Livsstilspalten



Olga Andresen
fastlege

Litt om halsvondt i disse influensatider

Det skrives at opptil fem prosent av all sykefravær i det kalde halvåret skyldes halssymptomer. En fjerdedel av dem som oppsøker lege har infeksjon med en bakterie som legene kaller for streptokokker type A. Hver tiende person som oppsøker lege har kysseykke (mononukleose). Disse må som regel behandles eller følges opp, mens resten vil som regel gå over uten bruk av medisiner.

I Norge er det vanlig å ikke bruke antibiotika ved sår hals. De fleste vil heller ikke søke til legeundersøkelse. De som allikevel søker hjelp ønsker som regel behandling for å lindre symptomer og noen vil trenge en sykemelding. Undersøkelser fra utlandet viser at kun en av ti som har infeksjon med streptokokker type A søker hjelp ved sykdom.

Og som regel er det greit. Men i enkelte tilfeller kan noen andre tilstander være grunn til halsvondt og en undersøkelse av halssmerter som ikke går over innen noen dager kan være lurt.

Ved virusinfeksjoner vil en samtidig med halsvondt ha andre forkjølelsesympotomer som ubehag både fra nese og svelg, men ikke så mye svelgvansker. Allmenntilstanden er som regel ikke så verst, sjelden feber. Noen har mer sårhet i halsen om morgenen, men så bedrer det seg i løpet av dagen.

Ved bakterieinfeksjon med streptokokker type A vil en nesten alltid føle seg syk, ha feber, svelgvansker, stemmen blir hes og nesten ingen hoste. Ved undersøkelse av mandler vil legen finne betente røde mandler, og noen ganger både pussflekker og -belegg og forstørrede lymfeknuter på halsen. Både halsprøve og blodprøve (CRP) vil vise utslag.

Også skarlagensfeber er infeksjon som har halsvondt som en av viktige symptomer. Den forårsakes av en annen gruppe streptokokker type A. Og i tillegg til det overnevnte vil en gjerne ha utslett på tunge (bringeberfarget) og på kropp. Det småflekkete utslettet liker hudfolder, lyske og området under armer. Samtidig vil området rundt munn være spart slik at det virker blekere enn vanlig. Når man er på bedringsvei vil en få flassing på hender og fotsåler i rekonvalesensperioden. Også her vil en halstest vise utslag.

Ved kysseykke (mononukleose) er de fleste pasienter tenåringer. Symptomalvorlighetsgrad varierer fra person til person. Noen merker ikke noe særlig og noen har følger i opptil flere uker. Ofte har pasienter mye ubehag eller smerte fra halsen og et langtrukket sykdomsforløp, ikke så uvanlig. I tillegg til halsvondt plages en med redusert allmenntilstand, legen vil finne store mandler, som er både hovne og røde og halvparten har belegg på. Også lymfeknuter på halsen kan være riktig store og i tillegg kan en få forstørret lever og milt med det ubehag det innebærer. Som regel vil en ikke trenge medisiner unntatt smertestilende (ikke paracet) og evt. betennelsesdempende. Men alle med sykdommer vil få råd om å unngå idrett og aktiviteter som kan føre til slag i mage (fotball, karate o.l.). En bør holde seg vekke fra paracet og alkohol så lenge lever og milt er betente.

Olga Andresen, fastlege