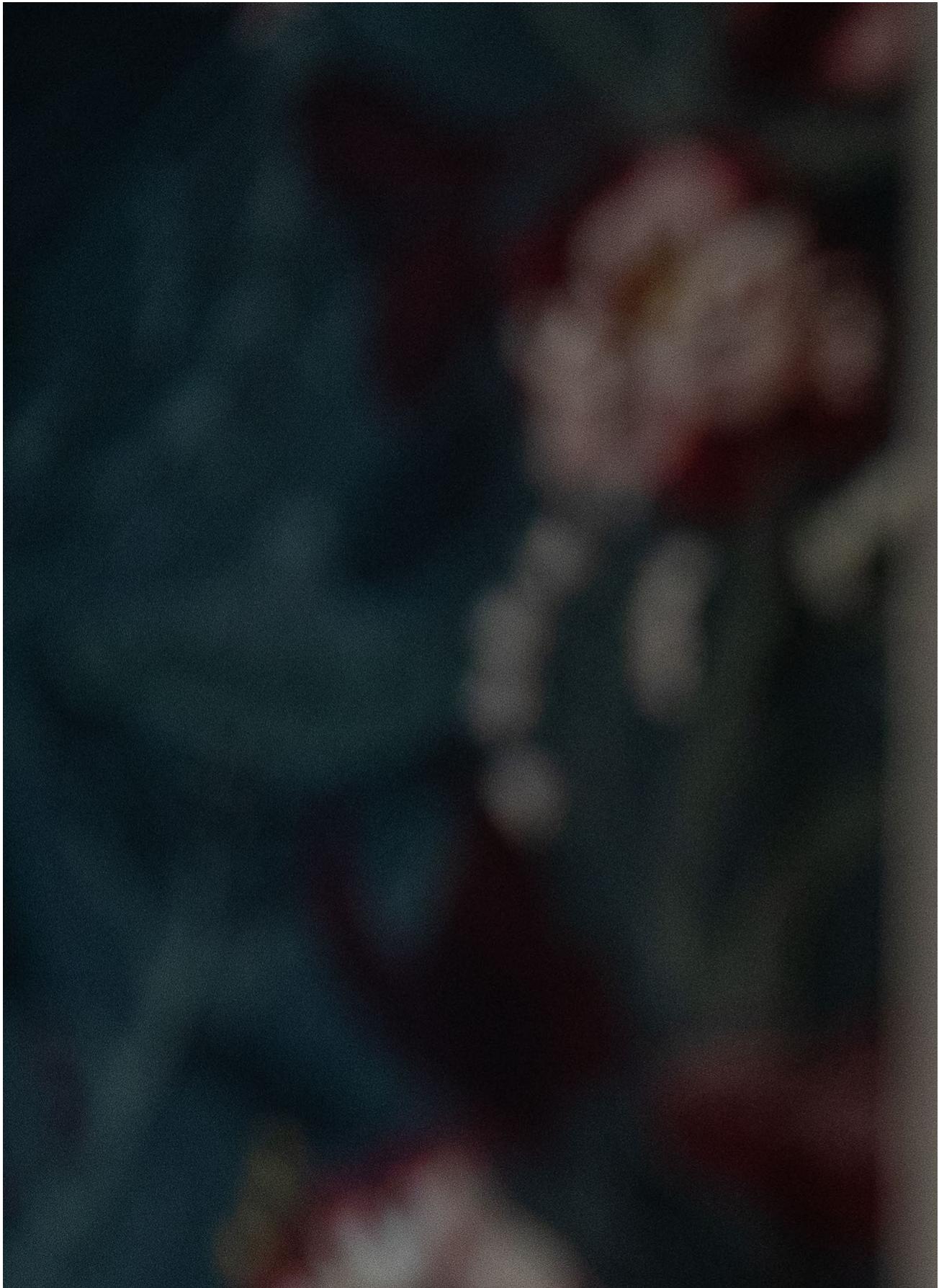
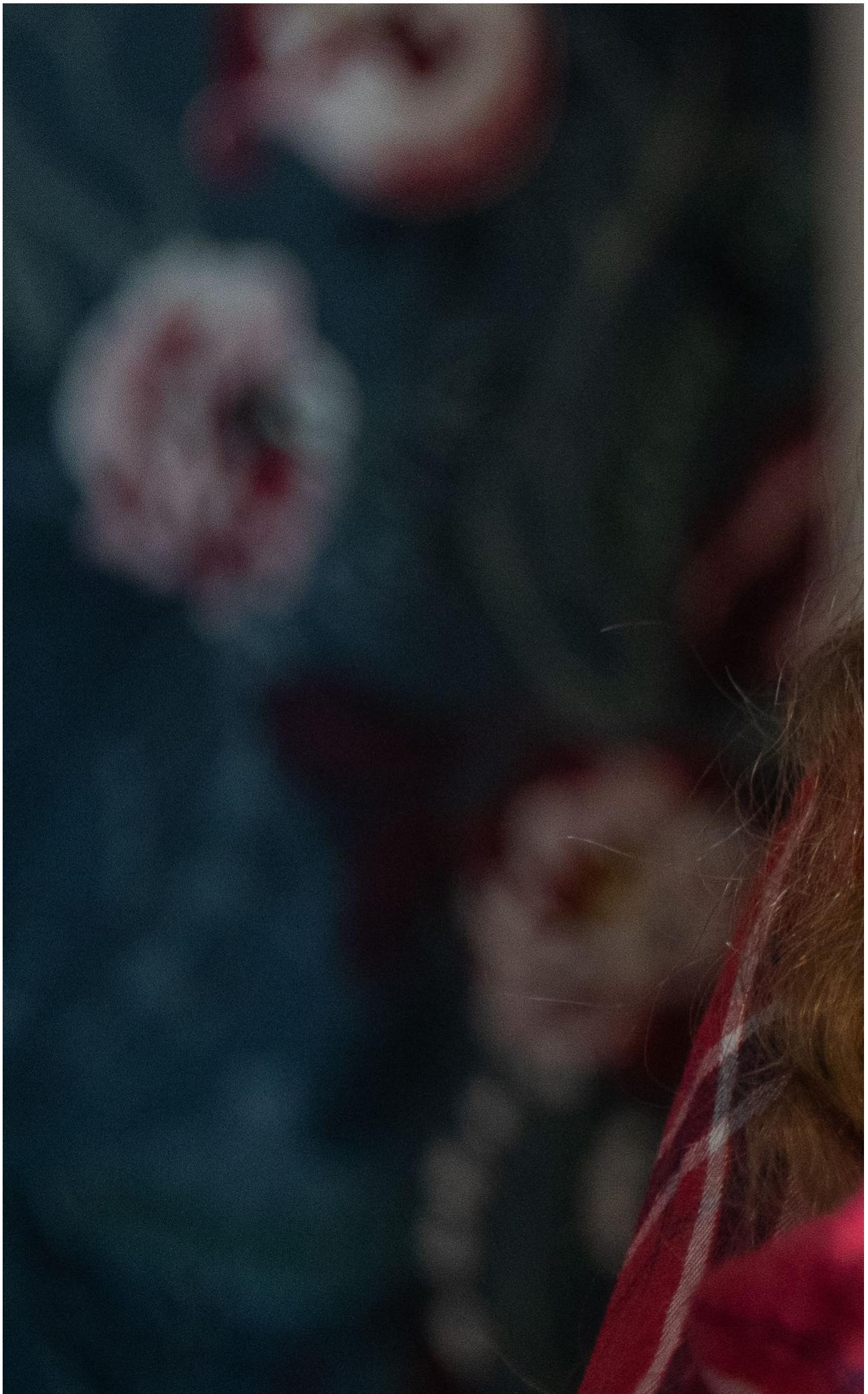




Andningssvårigheter och andningsuppehåll

Astma är en sjukdom i luftvägarna som gör att det ibland blir svårt att andas. Det är också vanligt med långvarig hosta. Astma behandlas med olika sorters läkemedel som barnet får andas in. Med rätt behandling minskar eller försvinner oftast besvären.







Vid astma används oftast läkemedel som barnet andas in.

Den här texten handlar framför allt om astma hos barn som är yngre än tolv år. Om barnet är äldre än tolv år kan du också läsa texten [astma](#).

Barn kan ha besvär från luftvägarna av många orsaker, ofta vid förkyllning. Här kan du läsa mer om andra orsaker till att [barn kan ha svårt att andas](#).

Astma är en sjukdom i luftrören som gör det svårare att andas.

De flesta som får astma får det som barn. Men man kan få sjukdomen när som helst i livet. Det är inte helt klart varför en del får astma, men det kan delvis vara ärftligt. Även saker som finns runt barnet i hems miljö kan ha betydelse.

Det finns flera olika typer av astma hos barn. De brukar delas upp i två grupper:

Den ena gruppen är astmatyper som beror på allergi. Då får barnet svårt att andas vid kontakt med något som hen inte tål. Här kan du läsa mer om [olika allergier](#).

Många barn med astma har så kallad blandad astma. Då beror astman på allergi, men barnet kan också få besvär vid förkyllning eller vid fysisk ansträngning. Blandad astma är den vanligaste astmatypen hos barn mellan cirka 5 och 16 år.

Astma som beror på allergi brukar försvinna eller bli lindrigare när barnet blir äldre.

Barn kan också ha astma som inte beror på allergi. Vanligast är så kallad förkyllningsastma. Då får barnet svårt att andas vid förkyllningar och infektioner i luftvägarna, men inte annars.

Besvären brukar börja tidigt, ofta innan barnet har fyllt ett år. Besvären har ofta försvunnit helt innan barnet är 6–7 år, men förkyllningsastma kan förekomma även hos äldre barn och vuxna.

Det är inte riktigt klart vad förkyllningsastma beror på. Men förmodligen beror det på att barnets luftrör är mjuka och trånga eftersom lungorna inte har vuxit klart. När det är en infektion i luftvägarna kan inte luftrören vara tillräckligt öppna.

Denna typ av astma kallas även infektionsastma.

Det här är vanliga symtom vid astma:

- Barnet andas tungt eller blir väldigt trött när hen anstränger sig.
- Det piper och väser när barnet andas.
- Barnet hostar när hen anstränger sig fysiskt.
- Barnet har långvarig hosta när hen är förkyld.
- Barnet har långvarig hosta utan någon annan förklaring. Hostan kommer särskilt på natten.
- Barnet har anfall av andnöd, det vill säga att hen inte får luft.

Vid ett astmaanfall får barnet snabbt mycket svårare att andas. Då är det ungefär som att hålla för näsan och andas genom ett sugrör.

Besvären vid astma kommer ofta i perioder. En del barn får besvär endast vid förkyllningar eller när de anstränger sig fysiskt. Andra får besvär ofta. Även hos barn med svårare astma brukar besvären variera.

Kontakta en [vårdcentral](#) om något av följande stämmer:

- Du tror att ditt barn har astma.
- Ditt barn har astma och besvären börjar komma ofta eller är svårare att stoppa.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#) och hjälp att bedöma symtom.

Kontakta genast en [vårdcentral](#) eller [jouröppen mottagning](#) om barnet har svårt att andas. Det gäller också om hen har använt luftrörsvidgande läkemedel, utan att det blir bättre. Om det är stängt, sök vård på en akutmottagning.

Ring genast 112 om barnet har något eller några av dessa besvär:

- Barnet har mycket svårt att andas.
- Barnets hud är blek eller blåaktig.
- Barnet har svårt att andas, och huden dras in mellan revbenen och i halsgropen när barnet andas.

För att läkaren ska kunna ställa diagnos behöver barnet delta i en utredning. Den utförs på en vårdcentral eller en barnläkarmottagning.

Barnet och du får berätta om barnets besvär. Läkaren gör en [kropsundersökning](#). Hen undersöker bland annat hur barnets andas genom att lyssna med ett stetoskop mot barnets bröst och rygg.

En [allergiutredning](#) ingår i en astmautredning. Utredningen visar om barnet har en allergi.

Barn som är tillräckligt gamla brukar också få göra ett test för att se hur lungorna fungerar. Det kallas [lungfunktionstest](#) och kan ofta göras från 5–6 års ålder.

[Spirometri](#) är den vanligaste metoden för att testa hur lungorna fungerar.

Lungornas funktion kan också testas med en [PEF-mätare](#).

Om barnet inte har besvär vid själva undersökningen kan det vara svårt att veta om barnet har astma. Då kan läkaren ställa diagnos utifrån vad ni berättar. Barnet brukar också få prova läkemedel under en tid för att se om det hjälper. Även barn som är för unga för att kunna delta i en undersökning av hur lungorna fungerar kan få prova läkemedel.

Ibland behövs fler undersökningar. Här nedan följer några exempel.

En undersökning mäter hur mycket kväveoxid som finns i luften som barnet andas ut. Barnet blåser då under några sekunder i ett tunt rör som är kopplat till en mätare.

NO är en förkortning för kväveoxid. När en person har en inflammation i lufrören finns det mer kväveoxid i luften som hen andas ut.

Ibland används så kallade provokationstester och ansträngningstester. Det innebär att barnet får göra sådant som tillfälligt kan göra att lungorna fungerar sämre, till exempel springa på ett löpband eller andas in torr luft under några minuter. Under testet görs flera mätningar av hur lungorna fungerar.

Barn som är yngre än ett år behöver ofta undersökas med [lungröntgen](#). På så sätt kan läkaren se om det finns några medfödda skador på lungorna och luftvägarna. Sådana skador kan ge besvär som liknar astma.

Även äldre barn kan undersökas med röntgen ibland.

Det finns vissa saker som kan ge astmabesvär eller göra besvären värre. De kallas ofta för triggerfaktorer.

Olika barn är olika känsliga, men här följer de vanligaste orsakerna till att astman blir värre:

- Förkylningar och andra infektioner i luftvägarna.
- Fysisk ansträngning.
- Kall luft, rök och damm.
- Kontakt med det barnet är allergisk mot.
- Starka dofter och lukter, till exempel parfym.

För en del är astma en sjukdom som finns med en kortare tid, för andra blir astma en del av vardagen i många år.

Du och barnet behöver ha bra kunskap om sjukdomen och hur den behandlas.

Ni får information om astma på vårdcentralen eller barnläkarmottagningen. Informationen kan ske enskilt eller i grupp.

Det är viktigt att barnet använder sina läkemedel, och att de används på rätt sätt.

En allergi kan innebära begränsningar i det dagliga livet även om läkemedlen är väldigt effektiva.

Barn som har allergi ska inte i onödan utsättas för det som de har [allergi emot](#).

Undvik all slags tobaksrök i närheten av barnet. Röken irriterar luftvägarna och gör att läkemedlen fungerar sämre. Röken gör också mer skada hos den som har astma än hos andra. En del barn får också ökade astmabesvär av röklukt.

Det är viktigt att personer med astma inte börjar röka. Det finns mycket hjälp att få om du eller någon i din närhet [vill sluta röka](#).

Åtgärda fuktskador och dålig ventilation i bostaden, om det finns sådant.

Behandling gör att barnet kan leva i stort sett lika aktivt som barn utan astma. Träning och idrott brukar därför inte vara något problem. Det kan vara bra att veta att många elitidrottare på toppnivå har astma.

Det är bra om barn som har astma rör på sig, barn med astma får mindre astmabesvär om de rör på sig.

Det är viktigt med noggrann uppvärmning av hela kroppen när barnet ska idrotta eller göra något fysiskt ansträngande. Det minskar risken att få astmabesvär som beror på den fysiska ansträngningen. Barn brukar också behöva ta lufrörsvidgande läkemedel innan träningen, för att förebygga besvären.

Vid värk och feber brukar personer med astma bli rekommenderade att använda läkemedel som innehåller paracetamol.

Det beror på att vissa läkemedel mot smärta kan ge svåra astmabesvär. Det gäller läkemedel som innehåller acetilsalicylsyra och läkemedel som ingår i gruppen antiinflammatoriska läkemedel, även kallade NSAID. Exempel på NSAID är läkemedel som innehåller till exempel ibuprofen eller naproxen.

Kontakta barnets läkare om ni undrar över vilka läkemedel mot smärta som ditt barn kan använda. Det gäller särskilt om barnet på grund av andra sjukdomar behöver särskilda läkemedel mot smärta.

Astma behandlas med läkemedel.

Med rätt behandling ska barn med astma kunna leka, idrotta och leva ett aktivt liv. Lindriga besvär kan ändå förekomma om barnet har ansträngt sig kraftigt, har en infektion i luftvägarna eller har kommit i kontakt med något ämne som hen inte tål.

Prata med en läkare om barnet har besvär trots sin behandling.

Nästan alla vårdcentraler och barnläkarmottagningar har särskilda team för personer som har astma.

Läkemedel ur flera läkemedelsgrupper används. De verkar på olika sätt och läkemedlen kombineras ofta för att effekten ska bli så bra som möjligt. Vilka läkemedel barnet använder beror på hur stora besvär hen har. Det vanligaste är att barn använder kortison och läkemedel som vidgar lufrören.

Läkemedlen finns i olika former. Oftast används olika typer av läkemedel som barnet ska andas in. Det kallas för att inhalera. Läkemedlen finns också som tablettor, pulver eller i flytande form.

[Läs mer om läkemedel vid astma.](#)

De flesta barn använder varje dag kortison och andra läkemedel som dämpar inflammationen. De är till för att förebygga besvären. De flesta tar också lufrörsvidgande läkemedel med snabb effekt innan de ska träna eller vid tillfället när de snabbt behöver det. Det är viktigt att barnet alltid har med sig sitt lufrörsvidgande läkemedel.

Barn som har förkylningsastma får oftast lufrörsvidgande läkemedel när förkylningen pågår. Barnet kan även ta läkemedel som dämpar inflammationen om besvären blir svåra.

Om behandlingen inte hjälper brukar barnet få prova förebyggande behandling på samma sätt som vid allergisk astma. Det kan också behövas om astmabesvären kommer ofta.

Barn som har svår astma kan behöva andra behandlingar.

En del barn kan behöva ha en luftrenare vid sängen. På så sätt kan de andas filtrerad luft under natten.

Det finns även andra läkemedel barn som har svåra besvär kan prova.

För att minska astmabesvär vid allergi kan en del barn få allergivaccination. Det kallas också allergen immunterapi.

Med en behandlingsplan kan föräldrar och äldre barn själva ändra medicineringen om det behövs. Det bästa är att göra en behandlingsplan tillsammans med läkaren.

Planen kan till exempel innehålla vad ni ska göra i följande situationer:

- Barnet blir plötsligt mycket sämre.
- Barnet får en luftvägsinfektion.
- PEF-värdena blir sämre.
- Det är pollensäsong.
- Inför att barnet ska träna.
- Under perioder då barnet inte har några symtom.

I tonåren kan det känna extra viktigt att inte vara annorlunda när det gäller hälsan. Tonåringar behöver få ha en egen kontakt med läkare och sjuksköterska, och själva få diskutera och ställa frågor om diagnoserna och behandlingen.

Många tonåringar ifrågasätter sin sjukdom och kan ibland sluta ta sina läkemedel, kanske utan att berätta det för föräldrar eller läkare.

Om tonåringen vill testa att sluta att ta sina läkemedel bör det bestämmas tillsammans med läkaren. Flera återbesök behöver planeras in för att läkaren ska kunna upptäcka om astman blir sämre.

Barn som har astma går på regelbundna återbesök minst en gång om året. Hur ofta det sker beror på barnets ålder och hur svår astma barnet har.

Vid återbesöken undersöks hur barnet mår och om behandlingen med läkemedel hjälper. Barnet får själv berätta hur hen mår, med stöd från den vuxna som är med barnet. Om äldre barn och tonåringar vill får de prata ensamma med läkaren eller sjuksköterskan.

De flesta mottagningar brukar också använda ett frågeformulär där barnet får svara på frågor. Från fyra års ålder svarar barnet tillsammans med dig på frågorna, från tolv års ålder svarar hen själv.

Läkaren gör en [kroppundersökning](#) och lyssnar bland annat på barnets lungor och hjärta.

Barnet får mäta och väga sig. Kortison kan påverka hur barnet växer. Om barnet regelbundet använder inhalationskortison mäts längden på barnet en till två gånger per år.

Om barnet är 5–6 år eller äldre undersöks hur barnets lungor fungerar, åtminstone en gång varje år.

En sjuksköterska brukar kontrollera om barnet kan ta sina läkemedel på rätt sätt. Sjuksköterskan brukar regelbundet gå igenom hur man inhalerar. Det är extra viktigt när barnet får ett nytt läkemedel att inhalera.

När barnet växer och blir äldre behöver hen få ta ett ökat ansvar för sin behandling. Det brukar hjälpa att ha en skriftlig behandlingsplan. Ju äldre barnet är, desto viktigare blir det att barnet själv deltar i diskussioner och beslut om behandlingen. Det blir särskilt viktigt under tonåren.

Det kan till exempel gälla vilka läkemedel barnet ska ha, hur läkemedlen ska tas och om andra behandlingar. Det kan också handla om att välja vad man ska arbeta med senare i livet och annat som astma kan påverka.

Astma är en sjukdom i luftrören som gör det svårare att andas.

Vid ett astmaanfall händer flera saker samtidigt i luftrören. Slemhinnan i luftrören svullnar och musklerna runt luftrören dras ihop. Det bildas segt slem som kan täppa igen de små luftrören som leder ut i lungorna. Det gör att det blir tungt att andas och det kan pipa eller väsa när barnet andas.

Vid astma som beror på allergi är vanligtvis luftrörens slemhinnor inflammerade. Inflammationen gör att luftrören svullnar och det blir svårt för luften att passera till och från lungorna. Luftrören blir också extra känsliga av inflammationen. De reagerar lättare till exempel om man idrottar i kallt väder eller kommer i kontakt med vissa ämnen.

Slemhinnan kan oftast läka om barnet får regelbunden behandling med kortison, eller andra läkemedel som dämpar inflammationen. Då minskar svullnaden och luftrören blir inte lika lättirriterade.

Vid förkylningsastma har barnet enbart besvär vid förkylningar och infektioner i luftvägarna, aldrig annars.

Ni kan söka vård på vilken vårdcentral eller öppen specialistmottagning ni vill i hela landet. Ibland krävs det [remiss](#) till den öppna specialiserade vården.

Barn ska få [vara delaktiga](#) i sin vård. Det finns ingen åldersgräns för detta. Barnets möjlighet att ha inflytande över vården beror på hens ålder och mognad.

För att kunna vara aktiva i vården och ta beslut är det viktigt att barnet och du som vuxen [förstår den information ni får av vårdpersonalen](#).

Ni har möjlighet att [få hjälp av en tolk om ni inte pratar svenska](#). Ni har också möjlighet att få hjälp av en [tolk om någon av er har en hörselnedsättning](#).

Vårdpersonalen ska berätta för er vilka behandlingsalternativ som finns. De ska se till att ni förstår vad de olika alternativen betyder, vilka biverkningar som finns och var barnet kan få behandling. På så sätt kan ni vara med och besluta vilken behandling som passar.

För att alla ska få en jämlik vård finns det [nationella riktlinjer](#) för vissa sjukdomar. Där kan du bland annat läsa om vilka undersökningar och behandlingar som kan passa bra vid sjukdomen.

Riktlinjerna innehåller rekommendationer. Vårdpersonalen måste ändå bedöma vad som passar varje enskild patients behov och önskemål.

Det är Socialstyrelsen som tar fram de nationella riktlinjerna. Riktlinjerna är skrivna för chefer och andra beslutsfattare, men det finns också versioner som är skrivna direkt till patienter. Där kan du läsa vad som gäller för just din sjukdom.

[Här kan du läsa patientversionen av de nationella riktlinjerna för astma.](#)

Senast uppdaterad:

2023-11-30

Redaktör:

Jenny Magnusson Österberg, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Martin Jägervall, barnläkare, barnneurolog, BVC- och skolläkare, Barnkliniken, Växjö

Fotograf:

Emma Holmér, 1177.se, nationella redaktionen

Som vårdnadshavare ska du vara delaktig och ha inflytande över ditt barns vård. Men även barnet ska vara delaktigt i sin vård.

Här kan du se filmer bland annat om hur du ska få vara delaktig i din vård och vem som får veta något om din vård. Filmerna gäller dig som är till och med 17 år.

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt.

1177 ger dig råd när du vill få bättre.

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

