



## [Hals](#)

Att ha ont i halsen är vanligt. Det kan bero på många olika saker, till exempel på en vanlig förkylning, en infektion med bakterier eller att du har skrikit eller sjungit högt. Oftast går halsont över av sig själv men ibland kan du behöva behandling.

De flesta har ont i halsen någon gång om året. Några har ont oftare. Barn som går på förskola kan ha ont i halsen flera gånger per år.

Det finns många orsaker till att du har ont i halsen. Här kan du läsa om de vanligaste:

Vid en [förkylning](#) är näsan och svalget inflammerade. Förkylning orsakas nästan alltid av ett virus. Du kan ha ont i halsen och det brukar se rött och inflammerat ut. Ibland kan du få en [infektion](#) i stämband. Då blir stämbanden inflammerade och du kan bli [hes](#). Du kan också få [feber](#), ont i öronen, snuva och hosta om du är förkyld.

[Covid-19](#) påminner ofta om en förkylning eller influensa. Feber och hosta är vanligt. Du kan också bland annat få ont i halsen, huvudvärk eller ont i muskler och leder. De flesta blir friska av sig själv. En del får andningsbesvär och kan behöva vård på sjukhus.

[Halsfluss](#) är en infektion som orsakas av virus eller bakterier i halsmandlarna. Det är oftast streptokockbakterier om infektionen beror på bakterier. Infektionen gör att halsmandlarna blir inflammerade, kraftigt röda och svullna.

[Körtelfeber](#) orsakas av ett virus som är mycket vanligt. Barn brukar få lindriga symtom, men tonåringar och vuxna kan bli mer sjuka.

[Scharlakansfeber](#) beror på en infektion av streptokockbakterier. Det är främst små barn som får sjukdomen. Äldre barn och vuxna brukar istället få halsfluss av streptokockerna.

Struplocksinfektion beror på en infektion av bakterier och är ovanligt. Infektionen gör att struplocket svullnar upp. Det gör att du får svårt att andas, har mycket ont i halsen, har svårt att svälja, dreglar och får feber.

Struplocksinfektion är ovanlig bland barn. Vaccination mot bakterien ingår i det [allmänna vaccinationsprogrammet](#) för barn. Därför är det främst ovaccinerade barn och vuxna som får sjukdomen.

Du kan få ont i halsen av att sjunga eller skrika högt. Då är det stämbanden som har överansträngts och blivit inflammerade.

Stämbandsinfektion med halsont och [heshet](#) orsakas oftast av ett virus. Det är då bra att vila rösten så mycket som

möjligt. Att viska är också en ansträngning för rösten.

Du kan också få en svidande känsla i halsen om du vistas i mycket torr luft.

[Herpes](#) kan också ge ont i halsen. Det är en virusinfektion som ofta ger blåsor på läpparna och inne i munnen.

[Halsbränna](#) och sura uppstötningar kan ge en känsla av ont i halsen. Då glider surt maginnehåll tillbaka upp i matstrupen och kan ge en brännande eller svidande smärta långt ner i halsen.

Det finns en del du kan göra för att lindra dina besvär.

Varm dryck som till exempel te kan ha en lenande effekt i halsen. Glass och yoghurt brukar också kännas bra. Prova dig fram vad som fungerar bäst för dig.

Ibland känns det bättre att ha något att suga på och då kan du ta halstabletter som finns i matvaruaffärer och på apotek. De minskar inte själva svullnaden i halsen, men det kan kännas lenande. Det bästa för tänderna är att välja sockerfria tabletter.

Det finns flera olika receptfria läkemedel mot smärta. Några exempel är läkemedel som innehåller paracetamol och antiinflammatoriska smärtlindrande läkemedel, NSAID.

[Här kan du läsa om vilka receptfria läkemedel som finns och vilket som kan passa för dig.](#)

Det finns också flera olika läkemedel i form av sugtabletter och munhålesprej som kan lindra halsont på olika sätt. En del av dessa läkemedel kan användas av både [barn](#) och vuxna, men inte alla. Du kan fråga på ett apotek vilka läkemedel som finns och hur de fungerar.

Du kan behöva vila om du har ont i halsen men det betyder inte att du måste ligga ner. Ofta är det bra att vara uppe och röra på sig. Undvik fysisk aktivitet om du har en infektion i kroppen. Det kan vara bra att vila rösten om du är hes.

Du kan lindra besvär med [halsbränna och sura uppstötningar](#) genom att späda ut det sura, till exempel med ett glas vatten. Du kan också prova medel mot sura uppstötningar eller halsbränna som finns att köpa på apotek.

Stanna hemma tills du mår bättre om du känner dig sjuk.

Det är olika hur länge barn kan behöva vara hemma. Barn kan gå tillbaka till förskolan, skolan eller andra aktiviteter när de är tillräckligt pigga för att orka med vardagen som vanligt.

Det gäller även för barn som har kvar till exempel lite snuva eller lätt hosta. Barn som rör mycket på sig kan börja hosta mer utan att det betyder att de har blivit sjuka igen.

Barnet kan gå tillbaka om hen orkar vara i en barngrupp hela dagen och delta i de vanliga aktiviteterna. Hen ska också ha varit feberfri i ett dygn utan att ha tagit febernedsättande läkemedel. Det är för att se så att febern inte kommer tillbaka. Barnet kan vara piggt på morgonen, men orkar ändå inte med en hel dag i gruppverksamhet där tempot är ett annat.

Läs mer om [att vårda tillfälligt sjuka barn hemma](#)

Halsont går oftast över av sig själv inom några dagar utan att du behöver söka vård.

Kontakta en [vårdcentral](#) om du har ett eller flera av följande symtom:

- Du har ont i halsen i ett par veckor.
- Du har återkommande besvär med ont i halsen.

Kontakta en [vårdcentral](#) eller en [jouröppen mottagning](#) om du har följande symtom:

- Du har ont i halsen och feber i flera dagar, men inga förkylningssymtom som snuva, hosta eller nästäppa.

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma symtom eller hjälp med var du kan söka vård.

Kontakta genast en [vårdcentral](#) eller en [jouröppen mottagning](#) om du har något av följande symtom:

- Du kan inte svälja saliven, har feber och svårt att andas.
- Du har mycket ont på ena sidan av halsen och har svårt att gapa.

Dessa symtom kan vara tecken på mer allvarliga infektioner som struplocksinflammation eller halsböld.

Om det är stängt på vårdcentralen eller den jouröppna mottagningen, sök vård på en akutmottagning.

Halsinfektioner smittar lätt, särskilt de som beror på virus.

Du kan bli smittad genom direktkontakt. Det kan till exempel vara om du tar någon i hand och därefter tar dig själv i ansiktet, eller om du kysser någon. Undvik att smitta andra genom att hosta eller nysa i armvecket.

Du kan skydda dig genom att [tvätta händerna ofta](#) och undvika att ta sjuka personer i hand.

På vårdcentralen eller den jouröppna mottagningen får du berätta om dina symtom. Därefter undersöker läkaren dig.

Vid undersökningen tittar en läkare först i halsen och svalget med hjälp av en lampa. Läkaren håller ned tungan med en platt träpinne för att kunna se svalget bättre.

Läkaren brukar också undersöka halsens utsida. Hen känner på halsen med händerna för att ta reda på om lymfkörtlarna är förstorade och ömma.

Läkaren kan även undersöka nedre delen av svalget för att bedöma struplocket. Detta görs antingen med hjälp av en liten spegel genom munnen eller en böjlig kameraslang genom ena näsborren. Ibland undersöks stämbandets för att se om du har fått en stämbandskatarr.

Ibland tar läkaren ett prov från halsmandlarna med hjälp av en bomullsklädd pinne. Provet visar om halsflussen beror på den typ av bakterier som kallas streptokocker. Det här provet kallas för snabbtest.

Undersökningen kan ibland vara lite obehaglig men tar bara några sekunder. Du får svar inom fem till tio minuter.

Du kan få lämna andra prover, till exempel om läkaren misstänker att du har körtelfeber.

Det finns mycket som du kan göra själv för att lindra det onda i halsen. Detta gäller även körtelfeber som det kan ta lång tid att bli frisk ifrån. Vid körtelfeber kan du känna dig trött under en lång tid efteråt. Men eftersom sjukdomen beror på ett virus så hjälper inte antibiotika.

Vid vissa infektioner kan du ibland behöva behandling med [antibiotika](#). Det gäller vid halsfluss. Då bedömer en läkare först om antibiotika verkligen kommer att göra så att du blir frisk snabbare. Du får behandling mot halsfluss om den beror på streptokockbakterier.

Scharlakansfeber behandlas vanligtvis med antibiotika och de flesta blir helt friska av behandlingen. Ju snabbare barnet får behandling, desto lindrigare blir sjukdomen.

Du kan få svårt att andas om du har en struplocksinflammation. Det beror på att struplocket är svullet. Då behöver du vård på sjukhus. På sjukhuset får du bland annat antibiotika direkt i blodet.

Det finns receptbelagda läkemedel som kan lindra om du har mycket ont när du sväljer.

En följsjukdom som du kan få är halsböld. En halsböld är en kraftig reaktion av en [halsfluss](#) och beror oftast på bakterier. Det har då bildats var bakom halsmandeln som har lett till att det har uppstått en böld. Det gör mycket ont i halsen, främst på ena sidan. Det kan låta annorlunda när du pratar och du kan ha svårt att gapa.

Barn som får halsböld kan behöva få [halsmandlarna](#) borttagna. Det gäller också vuxna som har haft minst två halsbölder.

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

Du ska få vara delaktig i din vård. För att kunna vara det behöver du [förstå informationen](#) som du får av vårdpersonalen. Ställ frågor om det behövs. Du ska till exempel få information om behandlingsalternativ och [hur länge du kan behöva vänta på vård](#).

Det finns ingen åldersgräns för när ett barn kan ha inflytande över sin vård. Barnets möjlighet att [vara delaktig](#) beror på barnets mognad.

Ju äldre barnet är desto viktigare är det att hen får vara delaktig i sin vård. För att kunna vara aktiva i vården och ta beslut är det viktigt att du som vuxen och barnet förstår den information ni får av vårdpersonalen.

Du har möjlighet att [få hjälp av en tolk om du inte pratar svenska](#). Du har också [möjlighet att få hjälp av en tolk om du till exempel har en hörselnedsättning](#).

Blir man fortare frisk med antibiotika? Läs mer på antibiotika eller inte.

Senast uppdaterad:

2024-01-18

Redaktör:

Ingela Andersson, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Georgios Papatziamos, läkare, specialist på sjukdomar i öronen, näsan och halsen, Sophiahemmet, Stockholm

---

När barn ska få läkemedel är det extra viktigt att ge rätt dos. Vilken dos barnet ska få beror till exempel på barnets ålder och vikt. Ibland kan det vara svårt för barn att ta läkemedel. Det finns en del knep som brukar fungera.

---

Besök, undersökningar och behandlingar i vården brukar gå bättre om barnet och du är förberedda. Om du är rädd och orolig är det lätt att barnet känner likadant. Förbered först dig själv och sedan ditt barn. Här får du råd om hur du kan göra.

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 må bättre.

I

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).