

Bráðaofnæmiskast

(e. *Anaphylaxis*)

Við mat á einkennum þínum hefur verið talið að þú hafir fengið bráðaofnæmiskast. Ekki er alltaf hægt að fullyrða hvað hafi valdið einkennunum en algengir orsakavaldar eru:

- **Lyf**
- **Skordýr.** Stungur af geitungum, býflugum eða öðrum skordýrum geta valdið ofnæmisviðbrögðum
- **Fæða.** Algengt er að ofnæmi sé til staðar fyrir fæðu og getur neysla hennar þá valdið ofnæmiseinkennum

Í sjaldgæfari tilvikum geta aðrar orsakir verið fyrir bráðaofnæmiskasti. Yfirleitt er ástæða til nánara mats hjá ofnæmislækni eftir bráðaofnæmiskast til nánari greiningar á orsökum bráðaofnæmisins og fræðslu um viðbrögð ef frekari bráðaofnæmisköst skyldu koma fram.

Er bráðaofnæmi hættulegt?

Bráðaofnæmiskast getur verið lífshættulegt. Því er mikilvægt að þú þekkir einkennin og hvernig eigi að bregðast við.

Hver eru helstu einkenni bráðaofnæmiskasts?

Einkenni koma yfirleitt fljótt fram, á nokkrum mínútum eða innan 2ja klukkustunda. Hægt er að vera með ofnæmieinkenni án þess að um bráðaofnæmiskast sé að ræða. Einkenni geta verið af ýmsum gerðum svo sem:

- **Húð** – kláði, roði, þína, bjúgur
- **Augu og nef** – kláði, tárarennisli, roði, bjúgur, hnerri, nefrennsli, nefstíflur
- **Munnur** – bjúgur á vörum, tungu eða í koki
- **Lungu** – Hæsi, hósti, surg í lungum, erfitt að anda.
- **Hjarta- og æðakerfi** – yfirliðakennd, yfirlið, lækkaður blóðþrýstingur, brjóstverkur
- **Meltingarfæri** – ógleði, uppköst, kviðverkur, niðurgangur
- **Taugakerfi** – kvíði, óráð

Það sem einkennir bráðaofnæmiskast eru einkenni frá að minnsta kosti tveimur líffærakerfum í einu. Þannig er til dæmis nefrennsli vegna frjókornaofnæmis ekki hið sama og bráðaofnæmiskast.

Þá getur bráðaofnæmiskast í alvarlegum tilvikum valdið yfirliði og meðvitundarleysi án annarra einkenna.

Greining

Greining á bráðaofnæmiskasti er yfirleitt gerð með upplýsingasöfnun og skoðun læknis. Í vafatilvikum er stundum gerð blóðrannsókn til frekari greiningar. Ofnæmisrannsóknir eru gerðar síðar til að greina orsök bráðaofnæmiskasts.

Meðferð

Eina meðferðin sem talin er gera örugglega gagn við bráðaofnæmiskasti er að gefa adrenalín í vöðva. Ef einkenni eru liðin hjá við komu á sjúkrahús er adrenalín ekki alltaf gefið. Önnur lyf eru stundum gefin sem mögulega hafa einhver áhrif á ofnæmiseinkenni.

Bráðaofnæmiskast getur verið lífshættulegt þó viðeigandi meðferð sé gefin og því þarf eftirlit í nokkrar klukkustundir eftir atburðinn.

Getur bráðaofnæmiskast komið aftur?

Bráðaofnæmiskast getur komið aftur hvenær sem er. Því þarft þú alltaf að hafa adrenalín penna á þér og kunna að nota hann.

Hvað á að gera ef annað bráðaofnæmiskast verður?

- **Haltu ró þinni og láttu nærstaddan vita af þér**
- **Notaðu adrenalínpenna.** Ef þú ert með einkenni um bráðaofnæmiskast og hefur verið ávísað adrenalínpenna skaltu nota hann
- **Hringdu á sjúkrabíl.** Ekki hika við að hringja á 112 og segja þeim hvað er að gerast
- **Ef þú finnur fyrir svima skaltu setjast á gólfið og hafa hátt undir fótum.** Það dregur úr líkum á að líði yfir þig

Hvernig á að nota adrenalín penna?

Til eru mismunandi gerðir adrenalínpenna. Fylgja þarf nánari leiðbeiningum hvers framleiðanda en almennu reglurnar eru:

- Opnaðu pennann
- Gríptu um miðjan pennann, ekki um endana
- Þrýstu nálarenda pennans þéttingsfast utanvert í mitt lærið þar til nálin stingst í lærið
- Stinga má í gegnum föt. Stinga á hornrétt í gegnum húð.
- Haltu pennanum þétt upp að lærinu í um 10 sekúndur, dragðu svo nálina út aftur
- Nuddaðu stungustaðinn í um 10 sekúndur