

Infektion - nästäppa hos barn

Barn upp till cirka ett år har små och trånga gångar i näsan. De får ofta nästäppa, även vid en lättare förkylning. De kan få svårt att andas när de är täppta i näsan, eftersom de andas mest genom näsan. Det gäller framför allt barn som är yngre än sex månader.

Barn som är täppta i näsan kan få svårt att amma eller äta från flaska. Det beror på att de behöver kunna andas genom näsan samtidigt som de äter. Barnet släpper ofta bröstet eller flaskan om hen inte kan andas.

Det finns flera saker du kan göra för att underlätta för ett barn som är täppt i näsan:

- Besvären blir ofta värre när barnet ligger ner, då slemhinnan i näsan svullnar mer. Man kan pröva att höja barnets huvudända genom att t ex lägga en extra huvudkudde under bäddmadrassen, ställa benen vid sängens huvudända på ett par böcker för att luta sängen eller låta barnet sova i halvsittande läge i vagnen.
- Näsdroppar med koksaltlösning finns att köpa receptfritt på apotek och kan ges vid behov för lösa upp slem och skölja rent näsgångarna, tex före måltid.
- Avsvällande näsdroppar/nässpray finns att köpa receptfritt på apotek till barn från 1 års ålder. Det kan ges upp till 3 gånger/dygn i högst 7 dagar och ges med fördel innan barnet ska sova eller äta.
 - Från 1 års ålder kan man använda preparat som innehåller substansen xylometazolin, tex *Nasoferm Nässpray 0,5 mg/ml* eller *Teppix*.
 - Från 2 års ålder kan man använda receptfria preparat som innehåller oximetazolin, tex *Nezeril*, *Nasoferm*, *Nasin 0,25 mg/ml*.
 - Till yngre barn kan avsvällande näsdroppar i lägre styrka ordinerar av läkare/sjuksköterska, se nästa sida.

Läs mer om förkylning hos barn på 1177 Vårdguiden!

<https://www.1177.se/Vastra-Gotaland/sjukdomar--besvar/infektioner/forkylning-och-influensa/forkylning-hos-barn/>

Ordinerande läkare/sjuksköterska

Datum

.....

.....

Spädningsinstruktion Nezeril till barn under 1 år:

Allt innehåll i en endosbehållare med Nezeril 0,25 mg/ml (0,1 ml) töms i en ren behållare, tillsatt 0,1 ml NaCl 9 mg/ml och sug sedan upp blandningen i den tomma endospipetten och ge barnet droppar från den.

Nyfödda: 1 droppe i vardera näsborren.

Barn 1 - 6 mån: 1 - 2 droppar i vardera näsborren.

Barn 7 mån - 2 år: 2 - 4 droppar i vardera näsborren.

Kan ges max 3 gånger/dygn.

Används högst 7 dagar i rad, kan annars ge läkemedelsrelaterad nästäppa.