**Bihuleproblemer**

**Frederiksberg Familie Øre-Næse-Hals Klinik**

**Bihulesmerter kan skyldes:**

* Hævede slimhinder
* Betændelse
* Næse polypper
* Cyste
* Tandproblemer
* Midt ansigts migræne
* Allergi
* Snævre eller blokkerede bihule fraløb

**Behandling**

1. Slimhinde sammentrækkende dråber, *obs. kun en uge.*

1. Saltvands-skylning ”Flo” eller ”Neil Med”

Opløs 1 tsk fuld salt i 1L afkølet kogt vand

1. Dannelse af undertryk i næsesvælget (træk munden sammen, som når man spiser surt)
2. Pudse næse med et næsebor ad gangen for ikke at presse sekret ud i bihulerne

**Forebyggelse**

* Undgå forkølelse (god håndhygiejne)
* Regelmæssig tandpleje
* Allergi (høfeber under kontrol)
* Afspænding

**Øvrig behandling**

* Højt hovedgærde til natten
* Smertestillende, Paracetamol, Ibuprofen el.lign.
* Antibiotika
* Allergi behandling
* Kæbehulepunktur/evt. dræn
* Varmepude
* Binyrebarkhormon næsespray eller systemisk med Prednisolon
* Kirurgisk åbning af bihulerne (FESS kirurgi)