

ALLERGISCHE RINITIS



KERNPUNTEN

- **Wat is allergische rinitis:** allergische reactie waarbij het neusslijmvlies is ontstoken.
 - Seizoengebonden allergische rinitis: hooikoorts. Bij hooikoorts is er een allergie voor stuifmeelkorrels (= pollen).
 - Niet-seizoengebonden allergische rinitis: allergie voor huisstofmijt, huisdieren of schimmels.
- **Klachten:**
 - Algemeen: niezen, jeuk aan de neus, loopneus of juist een verstopte neus, oorpijn, jeukende en tranende rode ogen, jeuk aan gehemelte en kriebelhoest; bij kinderen moeheid en malaise.
 - Hooikoorts: vooral niezen, jeuk aan de neus, loopneus en jeukende, tranende ogen, benauwdheid, moeheid. Hevigst in voorjaar en zomer, in de middag bij droog, warm en winderig weer, minder klachten bij regen.
 - Niet-seizoengebonden: vooral niezen, loopneus of verstopte neus. Zelden last van ogen of keel. Klachten bij blootstelling aan allergenen.

WHAM-VRAGEN

- **Wie?** Meest voorkomend tussen 5 en 45 jaar (piek tussen 15-24 jaar). Medicamenteus advies is anders bij zwangerschap en borstvoeding.
 - **Hoelang?**
 - Hooikoorts: ga na of de klant voorgaande jaren ook klachten heeft gehad, welke medicatie hij toen heeft gebruikt en wat het effect hiervan was.
 - Niet-seizoengebonden: vraag of de klachten al lange tijd bestaan, en wanneer ze zich voordoen.
 - **Actie?** Ga na of de klant al zinvolle maatregelen en/of zelfzorgmiddelen heeft geprobeerd. Als de klant langer dan een week xylometazoline, oxymetazoline of tramazoline heeft gebruikt, kan 'rebound'-congestie de oorzaak zijn van neusklachten.
 - **Medicatie?** Niet van belang.
-
- **Naar de huisarts verwijzen:** bij voortdurende en/of matig tot ernstige klachten en bij klachten van benauwdheid of kortademigheid (mogelijk astma).

Niet-medicamenteus advies

- Prikkelers zo veel mogelijk vermijden.
- Niet in de ogen wrijven (verergert klachten).
- Goed schoonmaken in huis.
- Bij een huisstofmijtallergie is reductie van huisstofmijt mogelijk door beddengoed elke 2 weken op 60 °C te wassen en voor een gladvloeroppervlak in de slaapkamer te zorgen.
- Bij een huisdierallergie is het huisdier uit huis plaatsen, het meest effectief.

Medicamenteus advies

• Eerstekeuzemiddelen

- Cetirizine en Loratadine

Orale antihistaminica, vooral effectief bij jeuk aan de neus, niezen en loopneus. Ook bij oogklachten. Dagelijks gebruiken of voorafgaand aan blootstelling aan een allergeen. Werken snel.

- Azelastine

Neusspray bij jeuk aan de neus, niezen en loopneus. Oogdruppels bij allergische conjunctivitis.

• Tweedekeuzemiddelen

- Fexofenadine

- **Uitgifte-informatie:** vertel hoe vaak en in welke dosering tabletten, drank, neusspray of oogdruppels gebruikt kunnen worden.

ALLERGISCHE RINITIS

Allergische rinitis is een ontsteking van het neusslijmvlies die ontstaat door een allergische reactie. Het is een veel voorkomend probleem, ongeveer 1 op de 10 mensen heeft er last van. Bij veel mensen zijn de klachten beperkt tot niesaanvallen en een loopneus. Er zijn 2 soorten allergische rinitis: de seizoengebonden vorm (hooikoorts) en de niet-seizoengebonden vorm (bijvoorbeeld allergie voor huisstofmijt of huisdieren). Allergische rinitis komt vooral voor bij mensen tussen 5 en 45 jaar, met een piek tussen 15 en 24 jaar. De klachten kunnen 10-30 jaar aanhouden. Bij ong. 60% van de gevallen zijn de klachten na 4-12 jaar zodanig verminderd dat medicatie niet meer nodig is. In onderzoek is aangetoond dat astma en rinitis vaak bij dezelfde personen voorkomen.

Hooikoorts

De meest voorkomende vorm van allergische rinitis is hooikoorts. Hooikoorts is allergie voor stuifmeelkorrels (= pollen). Allergie voor grasstuifmeel komt het meest voor (van april tot en met november) en is het ergst van mei tot en met augustus. Andere vormen van hooikoorts zijn boompollenallergie, vooral berk (van februari tot eind juli) en allergie voor het stuifmeel van bloemen, zoals paardenbloem, brandnetel (augustus en september). Sinds een aantal jaren komt het kruid ambrosia in Nederland voor. Dit kruid bloeit van augustus tot eind oktober en kan ernstige hooikoortsklachten veroorzaken. De verschijnselen van hooikoorts zijn het hevigst in de middag bij droog, warm en winderig weer, omdat de hoeveelheid stuifmeel in de lucht dan het grootst is. Na een regenbui zweeft er minder stuifmeel in de lucht.

Niet-seizoengebonden allergie

De niet-seizoengebonden vorm van allergische rinitis kan worden veroorzaakt door huisstofmijt, haren of huidschilfers van dieren of door schimmels die zich in huis kunnen bevinden. Er zijn bij deze allergieën geen duidelijke verschillen in klachten in de verschillende seizoenen. De belangrijkste veroorzaker is de huisstofmijt. Niet de huisstofmijt zelf, maar de uitwerpselen veroorzaken de allergie. De huisstofmijt houdt zich op in huisstof, vooral in oudere, vochtige woningen en voedt zich met huidschilfers van de mens. De huisstofmijt is in zeer grote hoeveelheden aanwezig in matrassen en hoofdkussens, en verder in tapijten en gestoffeerd meubilair.

Na de huisstofmijt zijn de allergenen van huisdieren de meest voorkomende oorzaak van niet-seizoengebonden allergische rinitis. Eiwitten uit urine en speeksel van huisdieren die over de huid van het dier zijn verspreid en eiwitten uit de huid van het dier zelf veroorzaken de allergie.

Ook schimmels kunnen allergische rinitis veroorzaken.

Ontstaan van allergie

Bij allergische rinitis reageert het immuunsysteem te heftig op de stof die de allergische reactie veroorzaakt, het zogenaamde allergeen. Een allergie bouwt zich meestal langzaam op. Een allergische reactie tegen een bepaald allergeen is erfelijk bepaald. Maar het hangt ook af van hoe vaak en hoeveel iemand is blootgesteld aan het allergeen.

Door het in contact komen met een allergeen ontstaat een reactie in het lichaam waardoor mestcellen opspringen. Hierbij komt onder andere histamine vrij. Dit veroorzaakt de verschijnselen van allergische rinitis, namelijk loopneus, niezen, jeuken van neus en ogen. In ongeveer de helft van de gevallen treden 6-12 uur na blootstelling aan het allergeen opnieuw verschijnselen op. Hierdoor ontstaat een verhoogde gevoeligheid van het weefsel voor het allergeen (= hyperreactiviteit) en een verlaging van de prikkel drempel. Dit betekent dat er steeds minder allergeen nodig is voor dezelfde reactie van het neusslijmvlies.

Niet-allergische rinitis

Als de klant last heeft van de verschijnselen van een rinitis maar een allergie niet kan worden aangetoond, dan kan dit het gevolg zijn van hyperreactiviteit voor een niet-immunologische prikkel. Voorbeelden hiervan zijn stof, (tabaks)rook, temperatuurveranderingen, baklucht, verflucht, alcohol en lichamelijke inspanning. Niet-allergische rinitis begint in veel van de gevallen op volwassen leeftijd. Een andere vorm van niet-allergische rinitis is zwangerschapsrinitis, veroorzaakt door hormonen.

Relatie met astma

Benauwdheid is geen symptoom van allergische rinitis, maar kan wijzen op astma. Van de mensen met allergische rinitis heeft 15-40% ook last van astma. Van de astmapatiënten heeft 80-90% ook last van allergische rinitis.

KLACHTEN

- Niezen, jeuk aan de neus, loopneus
- Zwelling neusslijmvlies, oorpijn
- Jeukende, tranende rode ogen
- Jeuk aan gehemelte en kriebelhoest
- Moeheid en malaise (vaak bij kinderen)

Bij allergische rinitis zijn jeukende ogen, jeuk aan de neus, niezen en loopneus de meest voorkomende klachten. Maar velen hebben ook last van jeuk aan het gehemelte, soms ook van jeuk aan de oren.

Bij niet-seizoengebonden allergische rinitis komt bij de ene helft voornamelijk niezen en loopneus voor, terwijl de andere helft voornamelijk klaagt over een verstopte neus. Ook reuk en smaak kunnen hierdoor worden verminderd.

Niezen, jeuk aan de neus, loopneus

Allergische rinitis geeft verschijnselen die lijken op een gewone verkoudheid, namelijk een vol gevoel in het hoofd, een verstopte neus of een loopneus en niezen. Allergische rinitis is hierdoor soms moeilijk te onderscheiden van een gewone neusverkoudheid. Het grote verschil met verkoudheid is dat de verschijnselen van een allergische rinitis langer aanhouden en steeds weer terugkeren. Bij een gewone verkoudheid worden het niezen en de loopneus binnen een of enkele dagen minder en daarna kan het neusvocht helder worden of het kan veranderen in dikkere groene of gele snottebellen.

Het niezen door hooikoorts neemt in de loop van de dag toe en wordt minder in de avond. Dit komt omdat het 's morgens en 's avonds vochtiger is, waardoor er minder stuifmeelkorrels in de lucht hangen. Aan het eind van de middag is de hoeveelheid stuifmeelkorrels aan de grond het hoogst. Ook zijn er bij winderig en droog weer meer stuifmeelkorrels in de lucht dan bij regenachtig weer.

Verstopte neus en oorpijn

Door de allergische reactie zwelt het slijmvlies in de neus op. Als het neusslijmvlies te veel zwelt, kan het de buis van Eustachius afsluiten, waardoor oorpijn ontstaat.

Jeukende, tranende rode ogen

Bij allergische rinitis kunnen de slijmvliezen van de ogen geïrriteerd zijn door de allergische reactie. De ogen jeuken en tranen dan.

Jeuk aan gehemelte en kriebelhoest

Door de allergische reactie op de slijmvliezen kan jeuk van het gehemelte en irritatie van de keel ontstaan, wat kan leiden tot kriebelhoest. Dit ziet men vaak bij kinderen met hooikoorts.

Moeheid en malaise

Deze verschijnselen treden vaak op bij kinderen met allergische rinitis, zowel bij de seizoengebonden vorm als bij de niet-seizoengebonden vorm. Soms heeft een kind dan wallen onder de ogen. De klachten van moeheid en malaise kunnen worden verklaard door slecht slapen vanwege een voortdurend verstopte neus en hoesten. Moeheid zou ook kunnen optreden door de ontstekingsprocessen in het lichaam.

WHAM-VRAGEN

W Voor wie is het advies bedoeld?

- Kind
- Volwassene
- Zwangere vrouw of vrouw die borstvoeding geeft

H Hoelang heeft de klant al klachten?

- Wanneer heeft de klant klachten?

A Welke actie heeft de klant al ondernomen?

- Xylometazoline, oxymetazoline of tramazoline langer dan een week gebruikt?

M Welke medicatie gebruikt de klant nog meer?

- Niet van belang

TOELICHTING OP DE WHAM-VRAGEN

W Voor wie is het advies bedoeld?

Het is belangrijk te weten wie de klant is. Allergische rinitis komt voornamelijk voor bij personen tussen 5 en 45 jaar, met een piek tussen 15 en 24 jaar. Bij tieners kun je dus al snel denken aan allergische rinitis. Bij jongere kinderen zal je eerder twijfelen of het allergische rinitis is, of bijvoorbeeld astma. Adviseer dan alleen een zelfzorgmiddel als de symptomen heel duidelijk zijn. Zo niet, dan is het beter om naar de huisarts te verwijzen.

H Hoelang heeft de klant al klachten?

Bij hooikoorts is het belangrijk te informeren of de klant er voorgaande jaren ook al last van heeft gehad, wat hij toen als medicatie heeft gebruikt en hoe hij daarop heeft gereageerd. Bij vermoeden van niet-seizoengebonden allergische rinitis is het belangrijk te informeren of de klachten al lange tijd bestaan of dat ze zich incidenteel voordoen.

Bij een allergische rinitis is er meestal sprake van regelmatig terugkerende verkoudheidsverschijnselen. Bij hooikoorts heeft men last van verkoudheidsverschijnselen in voorjaar en zomer. Een kenmerk kan zijn dat de klachten een poosje weg zijn en dan weer terugkomen. Bij hooikoorts zijn de verschijnselen minder bij regenachtig weer.

Bij een niet-seizoengebonden allergische rinitis is er een verband tussen het regelmatig terugkeren van de klachten en de aanwezigheid op een plaats waar de allergenen in hoge concentratie aanwezig zijn. Bijvoorbeeld: niezen en verkoudheidsverschijnselen na een bezoek aan vrienden die een huisdier hebben (allergie voor haren of huidschilfers van dieren) of verstopte neus bij slapen onder een wollen deken (allergie voor huisstofmijt).

A Welke actie heeft de klant al ondernomen?

Als de klant xylometazoline, oxymetazoline of tramazoline neusdruppels of neusspray gedurende meer dan een week heeft gebruikt, kan de klant klachten krijgen wanneer hiermee wordt gestopt. Door langdurig en veelvuldig gebruik van deze neusdruppels of neusspray heeft de klant steeds meer nodig om een effect te bereiken. Bij het stoppen kan 'rebound'-congestie (roodheid, verstopte neus en rinitis) optreden. Deze klachten kunnen lijken op de klachten bij allergische rinitis.

Als de klant al zinvolle maatregelen, zoals verderop in deze Standaard worden genoemd, heeft genomen, maar binnen de daar gestelde termijn de klachten niet verbeterd zijn, moet de klant naar de huisarts worden verwezen in verband met een mogelijke andere aandoening aan de neus.

M Welke medicatie gebruikt de klant nog meer?

Niet van belang.

WANNEER NAAR DE HUISARTS VERWIJZEN?

- Bij twijfel of het allergische rinitis is.
- Als de klant voortdurend last heeft van klachten, en/of als de klachten matig tot ernstig zijn.
- Als de klant zwanger is en voor het eerst klachten heeft (mogelijk zwangerschapsrinitis).
- Bij benauwdheid of kortademigheid (mogelijk astma).
- Bij ernstig gezwollen oogslimvlies en gekleurd oogvocht (infectie van het oog).
- Als er uitsluitend klachten aan één kant van de neus zijn (mogelijk poliep of tumor).

DUUR VAN DE ZELFBEHANDELING

Een allergische rinitis met milde klachten, die af en toe voorkomen, kan gedurende lange tijd zelf worden behandeld. Er moet in elk geval een verbetering van de verschijnselen optreden na gebruik van een zelfzorgmiddel. Bij orale antihistaminica zal de verbetering binnen enkele uren na toediening optreden. Adviseer de klant naar de huisarts te gaan als geen verbetering optreedt.

NIET-MEDICAMENTEUS ADVIES

Een belangrijk advies bij allergische rinitis is het vermijden van prikkels (= allergenen). Maatregelen die kunnen worden genomen, zijn afhankelijk van de soort allergie. Geadviseerd moet worden niet in de ogen te wrijven, ook al jeuken ze. Wrijven kan de klachten verergeren en zelfs een ooginfectie veroorzaken. Spoelen met lauw water of een vochtig washandje op de ogen leggen kan een tijdelijke verlichting van de oogklachten geven. Ter symptoombestrijding van oogklachten kunnen tevens verzachtende oogdruppels worden gebruikt. Deze zijn niet bedoeld ter vervanging van een hooikoortsmiddel, maar kunnen ernaast worden gebruikt.

Bij allergische rinitis als gevolg van haren of huidschilfers van dieren, zoals de hond, kat of konijn, is de effectiefste oplossing dat het huisdier het gezin verlaat. Als het huisdier het huis heeft verlaten, kan het nog een half jaar duren voor alle allergenen zijn verdwenen. Verder zijn specifieke maatregelen bij de verschillende soorten allergische rinitis mogelijk, zoals hieronder genoemd. Bij een huisstofmijtallergie is reductie van huisstofmijt mogelijk door beddengoed elke 2 weken op 60 °C te wassen en voor een glad vloeroppervlak in de slaapkamer te zorgen.

Advies bij hooikoorts

Het vermijden van stuifmeelkorrels is maar heel beperkt mogelijk, eventuele eenvoudige maatregelen zijn de volgende.

- Niet in de ogen wrijven als ze jeuken, maar spoelen met lauw water of een vochtig washandje op de ogen leggen.
- Douchen voor het naar bed gaan, om pollen uit het haar te houden en het kussen schoon te houden.
- Neus goed doorspoelen met een neusdouche van fysiologisch zout.
- Kleding en beddengoed schoon houden door dit regelmatig te wassen en in de wasdroger te drogen; niet buiten laten drogen want dan kunnen er pollen in komen.
- Het dragen van een zonnebril, waardoor er minder contact is van stuifmeel met het oogslimvlies.
- Hooikoortsweerbericht volgen op internet of social media en activiteiten voor een bepaalde dag aanpassen aan de hoeveelheid stuifmeel in de lucht.
- In de zomer de ramen in huis en in de auto gesloten houden. Als het regent of net heeft geregend, zitten er minder pollen in de lucht. Dan kunnen de ramen open.
- Zo weinig mogelijk ramen en deuren tegen elkaar openzetten, zodat er zo min mogelijk stuifmeel in huis komt.
- Rekening houden met de vakantiebestemming; aan zee en in de bergen is minder stuifmeel dan in het binnenland. Bij voorkeur in een seizoen met weinig pollen op vakantie gaan.
- Niet zelf grasmaaien.

Advies bij huisstofmijtallergie

- Gladde, goed (vochtig) te reinigen vloeren (linoleum, laminaat, parket).
- Geen dikke gordijnen.
- Goede vochtbestrijding door regelmatige ventilatie van de woning.
- Geen wollen of donzen dekbed/kussen, maar synthetisch deken/dekbed en kussen. Het beddengoed regelmatig wassen bij 60 °C (minstens 1x per 2 weken).
- Gladde oppervlakken 2-3x per week vochtig afnemen en stofzuigen in afwezigheid van de persoon met allergie.
- Alleen synthetische knuffelbeesten in bed; deze beesten regelmatig wassen.

Advies bij allergie voor huisdieren

Indien het niet mogelijk is het huisdier weg te doen, neem dan de volgende maatregelen.

- Zorg voor een glad vloeroppervlak dat regelmatig wordt schoongemaakt.
- Laat het huisdier zo min mogelijk binnen en laat het niet in de slaapkamer komen.
- Zorg ervoor dat het huisdier regelmatig buiten wordt geborsteld.
- Raak het gezicht niet aan en was de handen na het aanraken van het huisdier.

MEDICAMENTEUS ADVIES

Behalve de genoemde voorzorgsmaatregelen kan voor de verlichting van milde klachten die af en toe voorkomen, een vrij verkrijgbaar medicijn worden geadviseerd. Bij zowel hooikoorts als bij niet-seizoengebonden allergische rinitis zijn de middelen van eerste keuze de antihistaminica cetirizine, loratadine en azelastine neusspray en oogdruppels. Fexofenadine is het middel van tweede keus. Als de klant voortdurend klachten heeft, en/of als de klachten matig tot ernstig zijn, hebben neussprays met een corticosteroid (op recept) de voorkeur.

Bij zwangerschap en borstvoeding heeft beclometason, budesonide of fluticason neusspray (op recept) de voorkeur, maar cetirizine en loratadine mogen ook zonder bezwaar worden gebruikt. Bij het geven van borstvoeding heeft loratadine de voorkeur boven cetirizine.

EERSTEKEUZEMIDDELEN

Cetirizine

- **Niet gebruiken:** bij overgevoeligheid voor cetirizine.
- **Dosering oraal:**
 - **Volwassenen en kinderen vanaf 12 jaar** 10 mg 1x per dag 's avonds.
 - **Bij matige nierfunctiestoornis** (nierklaring 30-50 ml/min) 5 mg 1x per dag 's avonds.
 - **Bij ernstige nierfunctiestoornis** (nierklaring 10-30 ml/min) 2,5 mg 1x per dag 's avonds.
 - **Bij dialyse** 2,5 mg 1x per dag 's avonds.
 - **Bij levercirrose** de dosis halveren.
 - **Kinderen 6-11 jaar** 5 mg 2x per dag.
 - **Kinderen 2-6 jaar** 2,5 mg 2x per dag.
- **Aanvang/duur van de werking:** de werking begint binnen enkele uren en houdt ongeveer 24 uur aan.
- **Zwangerschap/borstvoeding:** mag zonder bezwaar worden gebruikt.
- **Bijwerkingen:** slaperigheid, hoofdpijn, droge mond en duizeligheid, meestal van lichte en voorbijgaande aard.

Loratadine

- **Niet gebruiken:** bij overgevoeligheid voor loratadine.
- **Dosering oraal:**
 - **Volwassenen en kinderen vanaf 12 jaar** 10 mg 1x per dag.
 - **Kinderen 2-11 jaar lichter dan 30 kg** 5 mg 1x per dag, zwaarder dan 30 kg 10 mg 1x per dag.
 - **Bij ernstige leverfunctiestoornis** de dosis halveren.
- **Aanvang/duur van de werking:** de werking begint na een uur en houdt ongeveer 24 uur aan.
- **Zwangerschap/borstvoeding:** mag zonder bezwaar worden gebruikt.
- **Bijwerkingen:** zelden slaperigheid, hoofdpijn, vermoeidheid, toename van de eetlust, misselijkheid, maagpijn en huiduitslag.

EERSTEKEUZEMIDDELEN (vervolg)

Azelastine

- **Niet gebruiken:** bij overgevoeligheid voor azelastine. Bij oogdruppels let op bij het gebruik van contactlenzen.
- **Dosering nasaal en oculair:**
 - **Nasaal bij volwassenen en kinderen vanaf 12 jaar**
 - azelastine 1 mg/ml 1 verstuiving in elk neusgat 2x per dag
 - azelastine 1,5 mg/ml 2 verstuivingen in elk neusgat 1x per dag. Indien nodig maximaal 2 verstuivingen in elk neusgat 2x per dag.
 - **Nasaal kinderen van 6 tot en met 11 jaar**
 - azelastine 1 mg/ml 1 verstuiving in elk neusgat 2x per dag
 - azelastine 1,5 mg/ml 1 verstuiving in elk neusgat 2x per dag. Niet langer dan 4 weken gebruiken
 - **Oculair bij volwassenen en kinderen vanaf 4 jaar met hooikoorts en 12 jaar met niet-seizoensgebonden allergie** 1 druppel in het aangedane oog 2x per dag, in overleg met een arts tot 4x per dag.
- **Aanvang/duur van de werking:** de werking van de neusspray begint na ongeveer 15 minuten en houdt ongeveer 12 uur aan. De oogdruppels werken na 15-30 minuten.
- **Zwangerschap/borstvoeding:** mag zonder bezwaar worden gebruikt tijdens de zwangerschap. Kan oculair en kortdurend nasaal tijdens het geven van borstvoeding worden gebruikt. Gaat in kleine hoeveelheden over in de moedermelk en veroorzaakt een bittere smaak van de moedermelk.
- **Bijwerkingen:** mild zoals lokale irritatie en jeuk, bittere smaak, bij neusspray ook niezen en neusbloedingen.

Toelichting

Antihistaminica blokkeren de werking van histamine, een stof die bij een allergische reactie in het lichaam vrijkomt. Ze kunnen goed worden gebruikt bij milde klachten van allergische rinitis die af en toe voorkomen. Als de klant voortdurend klachten heeft, en/of als de klachten matig tot ernstig zijn, hebben neussprays met een corticosteroid (op recept) de voorkeur. Antihistaminica zijn vooral effectief bij jeuk aan de neus, niezen en bij een loopneus, maar minder effectief bij een verstopte neus. Dit laatste komt veel voor bij niet-seizoengebonden allergische rinitis. Antihistaminica hebben ook een gunstig effect op oogklachten. Tijdens een hooikoortsperiode kunnen de antihistaminica cetirizine, loratadine en azelastine neusspray en oogdruppels dagelijks worden gebruikt, of alleen op dagen dat er veel pollen worden verwacht. Omdat ze snel werken, kunnen ze goed worden geadviseerd als de klant af en toe in aanraking komt met een allergeen. De tabletten kunnen het beste 1-2 uur voor blootstelling aan het allergeen worden ingenomen. Bij gebruik na blootstelling zijn antihistaminica minder goed werkzaam.

TWEEDEKEUZEMIDDELEN

Fexofenadine

- **Niet gebruiken:** bij overgevoeligheid voor fexofenadine en bij Brugada-syndroom.
- **Dosering oraal:**
 - **Volwassenen en kinderen vanaf 12 jaar** 120 mg 1x per dag.
 - **Bij matige tot ernstige nierfunctiestoornis** (nierklaring 10-50 ml/min) 60 mg 1x per dag.
- **Aanvang/duur van de werking:** de werking begint binnen een uur en is maximaal na 6 uur. De werking houdt ongeveer 24 uur aan.
- **Interacties:** bij gelijktijdig gebruik met aluminium- en magnesium bevattende medicatie neemt de werking van fexofenadine af. Er wordt geadviseerd een tijdsinterval van ten minste 2 uur aan te houden.
- **Zwangerschap/borstvoeding:** wordt afgeraden als zelfzorg tijdens de zwangerschap en het geven van borstvoeding.
- **Bijwerkingen:** hoofdpijn, slaperigheid, duizeligheid, misselijkheid, droge mond, vermoeidheid, slapeloosheid, slaapstoornissen, nachtmerries, nervositeit en hartkloppingen.

Toelichting

Antihistaminica blokkeren de werking van histamine, een stof die bij een allergische reactie in het lichaam vrijkomt. Ze kunnen goed worden gebruikt bij milde klachten van allergische rinitis die af en toe voorkomen. Het antihistaminicum fexofenadine is een tweede keus. Dit is omdat het meer bijwerkingen heeft dan de eerstekeuzemiddelen en doordat fexofenadine een interactie heeft met aluminium en magnesium bevattende medicatie.

AFGERADEN MIDDELEN

Cromoglicinezuur heeft geen plaats in de behandeling van allergische rinitis. Het werkt minder goed dan de antihistaminica, het moet vaak worden toegediend (6-8x per dag) en het duurt lang voordat de werking intreedt.

Neusdruppels of neusspray met fysiologisch zout worden bij allergische rinitis niet aangeraden als monotherapie. Het kan zo nodig worden toegevoegd aan een optimale medicamenteuze behandeling.

MEDICIJNEN OP RECEPT

Ook desloratadine en levocetirizine worden gebruikt bij allergische rinitis. Deze twee antihistaminica zijn echter alleen op recept verkrijgbaar.

Corticosteroiden voor gebruik in de neus (beclometason, budesonide, fluticason en mometason) hebben de voorkeur bij aanhoudende en/of matige tot ernstige klachten van allergische rinitis. Ze zijn effectiever dan antihistaminica. De meest voorkomende bijwerkingen zijn irritatie van de neus, niesaanvallen direct na toediening en neusbloedingen (meestal enige dagen na het begin van de therapie). Geef bij een eerste uitgifte van een neusspray altijd een goede instructie, waarbij het belangrijk is om van het tussenschot af te sprayen. Een volledige instructie is te vinden op apotheek.nl.

Verder kan de huisarts de antihistaminica azelastine (neusspray of oogdruppels) en levocabastine (neusspray of oogdruppels) voorschrijven voor lokaal gebruik. De effectiviteit van beide middelen is vergelijkbaar met die van orale antihistaminica. Ze worden goed verdragen; systemische bijwerkingen zijn niet te verwachten.

Zwangerschap en borstvoeding

Bij zwangerschap en borstvoeding heeft fluticason neusspray (op recept) de voorkeur. Andere veilige opties zijn loratadine en cetirizine (waarbij loratadine bij borstvoeding de voorkeur heeft), en beclometason of budesonide neusspray (op recept).

Als een zwangere vrouw voor het eerst rinitisachtige klachten heeft, is het mogelijk geen allergische rinitis maar zwangerschapsrinitis (hormonaal geïnduceerde rinitis). Hierbij kan fluticason neusspray worden voorgeschreven. Omdat het een vorm van niet-allergische rinitis is, heeft behandeling met antihistaminica waarschijnlijk geen effect.

AANVULLENDE INFORMATIE

- Publieksfolder Hooikoorts en allergie
- Apotheek.nl
- KennisTest Allergische rinitis
- Lumc.nl (zoek op pollen)
- Thuisarts.nl

Zie ook de bronvermeldingen achterin dit boek.