

Att leva med doftöverkänslighet

- Det finns ingen säker medicin som hjälper. Det enda som går att göra är att personen undviker det han eller hon inte tål.
- Vissa former av SHR går att testa. Med ett Capsaicintest kan man bedöma luftrörens känslighet för doftande ämnen. Det sker genom att personen inandas Capsaicin, som är en ingrediens i spansk peppar. Genom att sedan mäta antalet hoststötter kan man bedöma luftrörens känslighet för doftande ämnen.
- Det är inte lukten i sig som framkallar besvären, utan den retning av slemhinnan i luftvägarna som ett doftande ämne eller kemikalie framkallar vid det sk kemiska sinnet.
- Stora krav ställs på omgivningen. Familj, vänner och arbetskamrater kanske måste vara helt doftfria. För den överkänslige kan även en svag kvardröjande doft i kläder, hår eller på huden framkalla besvär.



*Nätverket för doftöverkänsliga
Åsa folkhögskola, Solveig Enberg
Distanskurs: Leva med överkänslighet*

*Fackgranskad av
Professor Olle Löwhagen Sahlgrenska universitetssjukhuset*

www.doftoverkanslig.se och www.doftoverkanslig.se

Rev:070711

Doftöverkänslig



Doftöverkänslighet

innebär att man inte tål dofter eller kemiska ämnen. Ofta gäller det dofter och kemikalier som finns i vår omgivning, men även det som människor har på sig i form av hygienartiklar, tvättmedel och rengöringsmedel ger symtom.

Överkänslig mot vad?

Personer som är doftöverkänsliga reagerar på väldigt låga doser av de ämnen de inte tål. Det kan vara lite olika för olika personer men vanligt är att man reagerar på

- Parfymade produkter
- Parfym
- Kemikalier
- Blomdoft
- Cigarettrök
- Rök från eldning
- Mögel
- Luftföroreningar
- Avgaser
- Kall luft och ansträngning

Symtom som kan uppkomma

- Ögonirritation, klåda eller rodnad
- Näsirritation, nästäppa och snuva
- Halsirritation, heshet och klåda
- Tungt att andas
- Svårt att få luft
- Tryck över bröstet
- Värk och irritation i bröstet
- Hosta och slembildning
- Huvudvärk
- Koncentrationssvårigheter
- Yrsel
- Trötthet
- Nedstämdhet
- Svettningar

Information om diagnoser

Doftöverkänslighet kan ge allergi- eller astmaliknande symtom som ibland förväxlas med astma och allergi. Ett sätt att skilja doftöverkänslighet från astma och allergi är att mediciner mot astma och allergi inte har någon effekt. Därför är det viktigt att doftöverkänsligheten utreds ordentligt så att varje person får rätt diagnos och kan undvika felaktig medicinering.

Sensorisk hyperreaktivitet, SHR är ett relativt nytt begrepp. SHR ger astmaliknande symtom men kan testas med positivt capsaicintest, inandning av ett ämne som finns i spansk peppar.

Multiple Chemical Sensitivity, MCS används främst av amerikanska forskare. MCS kan närmast översättas till mångartad kemisk överkänslighet eller kemisk intolerans. MCS omfattar överkänslighet för olika kemiska ämnen med symtom från flera organ. Det saknas ett test som kan påvisa att det handlar om MCS.