

# Bjørkeallergi

**De som er allergiske for bjørk reagerer på bjørkens pollen. Symptomene er øyne som klør og renner. Nesen klør og er tett. Noen får feberlignende symptomer med tretthetsfølelse og konsentrasjonsvansker.**

*Av Dr. Helge Bengtsson*

Bjørken tilhører rakettrærne og disse har en to års syklus i blomstringen. Annen hvert år er pollenutslippet stort.

## Sesong

I Norge er bjørkepollenallergien mest kraftig i mai og juni, men i milde vintere kan bjørkepollenet og bjørkeallergien merkes flere måneder tidligere hos de som har sterkest allergi. Ved reiser sydpå bør bjørkeallergikere være oppmerksom på at blomstringen for bjørken er mars og april i Holland, Tyskland, Polen, Sveits og Østerrike. I januar og februar er blomstringen størst i Spania, Italia og Hellas. Det er derfor uklokt for bjørkeallergikere å reise dit på ferie i disse måneder. Man bør også være oppmerksom på at bjørkepollenet kommer senere på fjellet (i slutten av juni).



## Kryssreaksjoner

Enkelte bjørkeallergikere tåler ikke å håndtere bjørkeved med saging, vedhogging eller lignende. Noen tåler heller ikke røyken fra bjørkeved i peisen. Mange bjørkeallergikere har også hasselnøttallergi og reagerer når de spiser hasselnøtter og mandler. De kan også reagere på epler, steinfrukter, kiwi, pærer, banan, paprika, erter, selleri, rå gulrøtter og poteter.

De fleste bjørkeallergikere reagerer også på pollen fra andre løvtrær (først og fremst hassel og or). Hassel og or blomstrer før bjørken. For mange begynner allergiplagene allerede i februar eller mars.

## Behandling

Allergi mot bjørk behandles med lokale medisiner som øyedråper (Spersallerg, Livostin, Lomudal) og nes spray (steroid nes spray, Otrivin, Nasonex, Lomudal). Man kan også supplere med allergitabletter (antihistaminer). Ved kraftig allergi kan det i enkelte tilfeller være aktuelt med en steroidinjeksjon i musklene som virker i en måned. Medisinene demper symptomene, men vil ikke fjerne allergien. Ved kraftig allergi kan det også bli aktuelt å gjøre allergivaksinasjon.



Det er lurt å følge med på pollenvarselet for å se hvordan spredningen av pollen er i ditt område. Du kan se pollenspredningen på [www.pollenvarsel.com](http://www.pollenvarsel.com).