

• Peqqik

- [Hop til indhold](#)
- [Hop til sogning og navigation](#)
- [Hop til footer](#)

peqqik.gl
DIN SUNDHED PÅ NETTET

vælg et emne

[DanskKalaallisut](#)

Søg

[Kontakt](#)

... eller vælg et emne

[danskkalaallisut](#)

Kommune valg

[Qaasuitsup Kommunia](#)

[Qeqqata Kommunia](#)

[Kommuneqarfik Sermersooq](#)

[Kommune Kujalleq](#)

[Børn](#)

- [Tandpleje](#)
- [Kost til børn](#)
- [Vaccinationer](#)

[Coronavirus](#)

- [Test for Coronavirus](#)

[Gravid](#)

- [Graviditet](#)
- [Fødsel](#)
- [MANU](#)

[Livsstil](#)

- [Alkohol](#)
- [Kost](#)
- [Motion](#)

- [Rygning](#)
- [Se alle](#)

[Medicin](#)

- [Håndkøbsmedicin](#)
- [Information & Rådgivning](#)
- [Apoteket og åbningstider](#)
- [Skibskister og medicinkister](#)
- [Se alle](#)

[Jeg har problemer med](#)

- [Rusmidler - behandlingstilbud](#)
- [Alkohol](#)
- [Rusmidler og spil - guide til virksomheder](#)
- [Hash](#)
- [Se alle](#)

[Sundhedstilbud](#)

- [Sygdomsleksikon](#)
- [Kroniker](#)
- [Attester](#)
- [Genoptræning](#)
- [Se alle](#)

[Tandsundhed](#)

- [Gode råd](#)
- [Landstandplejens strategi](#)
- [Tandbørstedag](#)
- [Salik Børster Tænder](#)

[Patientinformation](#)

- [Patientvejleder](#)
- [Indlæggelse](#)
- [Sygehjælp ved rejse](#)
- [Patientforeninger](#)
- [Se alle](#)

[Puljer](#)

- [Sundhedspuljen](#)

[Kampagner](#)

- [Snak om det](#)

[Arrangementer](#)

- [Præsentation - Befolkningsundersøgelsen i Grønland 2018](#)

[Uddannelse for læger og medicinstuderende](#)

- [Klinikforløb for medicinstuderende](#)
- [Lægers uddannelse i Sundhedsvæsenet](#)

Bihulebetændelse

HVOR SIDDER SYGDOMMEN?

Sygdommen kan sidde i en eller flere af dine bihuler, som du for eksempel har i pandebenet og overkæben.

HVAD ER ÅRSAGEN TIL SYGDOMMEN?

Bihulebetændelse ses som regel i tilknytning til forkølelse.

De tynde rør fra bihulerne til næsehulen lukkes, fordi slimhinderne i rørene hæver.

Der kommer så betændelse i det slim i bihulen, som ikke kan løbe ud.

HVORDAN MÆRKER DU SYGDOMMEN?

Du får hovedpine og trykken for øjnene, og der kan komme gul-grønt slim fra næsen.

HVORDAN BEHANDLES SYGDOMMEN?

Det vigtigste er at skaffe afløb fra de tillukkede bihuler. Hertil benyttes næsespray som kan fås i håndkøb. Antibiotika bruges ved svære tilfælde med samtidig feber. Smertestillende medicin kan også fås i håndkøb.

HVAD KAN DU SELV GØRE?

Du skal gå med varmt og fornuftigt tøj som for eksempel hue og ørevarmere. Bihulebetændelsen ses først i en let form sammen med forkølelsen. Det er en god ide tidligt at benytte næsespray, så adgangen til bihulerne ikke lukker. Indånd damp eller fugtig luft, da væden fortynder slimhinden. Drik rigeligt. Sørg for at ligge med hovedet hævet, når du sover.

[Send til ven](#)[Generer pdf](#)[Embed](#)

NYHED3. marts 2021

16 klinikassistentelever færdige med 1. skoleophold

16 elever i Landstandplejen har netop afsluttet 1. skoleophold som klinikassistenter. Uddannelsen er 2-årig og har fire praktikperioder på fire uger.



NYHED25. februar 2021

Fokus på dysfagi

En række sygdomme og almen svækkelse kan give problemer med at synke. Den 10. februar var køkkenpersonalet fra Dronning Ingrid's Hospital på kursus i at modificere retter og fødevarer, så det let kan spises af netop patienter med synkebesvær.



Om peqqik.gl



Job & Uddannelse



Fagpersoner



Info in English



Nyheder



Videreuddannelse



Publikationer

Denne side bruger cookies for at gemme nogle informationer på din computer. Acceptér eller [læs mere her](#).