Hundallergi

➜ Vad händer i kroppen?
➜ Hur vanligt är det?
➜ Går det att leva med hund trots allergi?

Allergifria hundraser är en myt, däremot menar professor Agnes Wold att det är ganska få personer som verkligen är allergiska mot just hundar. Vad händer egentligen i kroppen vid pälsdjursallergi – och finns det något man själv kan göra för att bättre ”tåla” hundar eller andra djur? Här delar experter och hundägare med sig av kunskap och erfarenheter.

TEXT LENA HEIMLÉN

Allergi mot hund och andra djur kallas ofta för pälsallergi eller pälsdjursallergi. Det är delvis missvisande och har lett till en rad felaktiga uppfattningar: till exempel att nakenhundar och hundar som inte fäller sin päls skulle vara mindre allergiframkallande, vilket är helt fel. De allergener som utlöser allergiska reaktioner finns i djurens päls, men även i huden, urinen och saliven. Och låt oss en gång för alla avliva myten om ”allergifria raser”. Det finns inga allergivänliga eller allergifria hundraser!

Allergi uppstår när kroppens immunförsvar överreagerar och bildar antikroppar mot olika ämnen som egentligen är ofarliga, till exempel pollen, födoämnen, kvalster, husmögel eller de protein som finns hos hundar, katter och hästar. Denna immunologiska reaktion innebär att kroppen tolkar ofarliga ämnen som fiender vilket ger en allergisk reaktion.

Det finns olika typer av allergier, kroppens immunförsvar reagerar direkt på ett ämne eller så reagerar kroppen på protein som liknar det man är allergisk mot. Den som är allergisk mot björkpollen kan få besvär av vissa frukter och nötter utan att man vid en allergiutredning visar tecken på födoämnesallergi.

Allergi ska inte förväxlas med överkänslighet mot exempelvis laktos eller dofter som kan ge besvär utan att kroppen bildar antikroppar.

Det pratas inte lika mycket om allergi mot hund, katt och andra pälsbärande djur längre. Har dessa allergier minskat de senaste åren? Eller har man helt enkelt slutat skylla på djuren? Vi frågar Agnes Wold, professor i klinisk bakteriologi och överläkare på Sahlgrenska universitetssjukhuset i Göteborg.

– Alltså det har aldrig funnits särskilt många hundallergiker, men med allergologernas lite konstiga beteckning ”pälsdjur” åkte de ju med katter och kaniner och råttor och allting. De har inte samma allergener, och allergi mot katt betyder inte att man är allergisk mot hund. Men det finns definitivt inte färre allergiker, andelen personer som har allergi ökar hela tiden. Framför allt har de stora allergikullarna nu blivit vuxna och då är 30 procent av befolkningen allergisk, inte 3 procent som när jag var liten.

FOTO ANNA-LENA LUNDQVIST RAS VÄSTGÖTASPETS

Agnes Wold är professor i klinisk bakteriologi. Här med sin dotters västgötaspets Sammeli.

Felaktiga allergiråd

Trenden visar på en signifikant ökning de senaste 20 åren med pollenallergi som den största. Det gäller främst i västvärlden och i Sverige. Mer än en tredjedel av alla barn har någon form av allergi. Vad beror ökningen på? Är det miljögifter, ultraprocessad mat eller att så många köpte husdjur under pandemin som är boven?

– Nej, nej, säger Agnes med eftertryck, det där är bara nys! Vi har till exempel mindre miljögifter nu än på 1960- och 70-talen, och vi har alltid haft katter och hundar och pollen omkring oss. Att allergierna ökar beror på vårt mikrobiologiskt rena liv – få infektioner, rent vatten och säker mat gör att immunsystemet får mindre stimulans. Något annat som har bidragit är att man ▶

FOTO GORM KALLESTAD/TT

FOTO ADOBE STOCK RAS WELSH CORGI PEMBROKE

FOTO ADOBE STOCK RAS BORDER COLLIE

Det är inte länge sedan föräldrar fick rådet att göra sig av med husdjur inför barnens ankomst till världen. Numera vet man bättre.

Vad gäller allergener finns stora skillnader mellan hundindivider och mellan hanhundar och tikar.

har gett en mängd felaktiga allergiråd, exempelvis att skjuta upp introduktionen av födoämnen och helamma så länge som möjligt. Det är ju ett uppfödningsmönster som ökar risken för födoämnesallergi! Råden om att helamma länge grundar sig på studier av barn i u-länder där mammor som inte kunde amma gav barnen bröstmjölksersättning som dels blandades med smutsigt vatten som innehöll potentiellt farliga bakterier, dels ofta spädde ut det dyra pulvret för mycket. Följden blev sepsis och bakteriella diarrésjukdomar med hög dödlighet. Men för barn i i-länder är det förödande, säger hon bestämt.

Ny svensk studie om kopplingen astma och hund

Det är inte särskilt länge sedan landets mödravårdscentraler generellt rekommenderade blivande föräldrar att göra sig av med eventuella katter och hundar inför barnens ankomst. Man menade att risken för att barn skulle utveckla allergi och/eller astma var större med sällskapsdjur i hemmet. Numera vet man bättre, som exempel kan nämnas att 80 procent av alla kattallergiker aldrig har haft katt.
I en alldeles färsk studie från Karolinska Institutet har man kunnat slå fast att kontinuerlig exponering för hundar inte verkar öka den långsiktiga risken för måttlig till svår astma hos barn med astma och luftvägsallergi. Däremot kan det finnas en något ökad risk för akut astma, enligt forskarna. Studien genomfördes med 99 389 barn med astma och allergi i luftvägarna. Barnen följdes fram till att de fyllde 19 år, till studiens avslutning 2023.

– Det finns begränsat med studier om det påverkar astmautfall hos barn med allergisk astma att leva med en hund eller att göra sig av med hunden, vilket är anledningen till att vi ville studera detta på befolkningsnivå, säger Catarina Almqvist Malmros, barnläkare vid Astrid Lindgrens barnsjukhus och professor vid institutionen för medicinsk epidemiologi och biostatistik på Karolinska Institutet, i ett pressmeddelande.

”...man vet att barn som växer upp på lantgård med djur löper mindre risk att drabbas av allergi...”

Sedan tidigare vet man att barn som växer upp på lantgård med djur löper mindre risk att drabbas av allergi och astma. Att växa upp med flera hundar är också kopplat till lägre risk att utveckla astma, särskilt om hundarna är tikar, framkommer i ett forskningsprojekt i samarbete mellan Karolinska Institutet och Uppsala universitet.

Omfattande forskning har också visat att det inte finns några rasbundna skillnader i mängden allergen hos hundar, ännu ett bevis för att ”allergivänliga raser/blandraser” inte existerar. Trots alla bevis finns det dock fortfarande de som tror att en viss ras eller rasblandning skulle vara lämpligare än någon annan för människor med allergi och dessvärre säljs olika blandraser till aningslösa köpare till rena ockerpriser mot löfte om att just den ”rasen” skulle vara ”bra för allergiker”. Vilket alltså inte är sant. Däremot finns stora skillnader mellan individer och – framför allt – mellan hanhundar och tikar.

De vanligaste allergiska reaktionerna är nysningar, rinnande näsa, nästäppa, kliande ögon, eksem, klåda och astma. Allergi är Sveriges största folksjukdom, debuterar ofta i tidig ålder och förblir ett livslångt handikapp. Men det finns lindring.

Vanligast är att man behandlar allergi med antihistaminer, det vill säga olika läkemedel mot allergi i tablettform, droppar eller spray beroende på vilka allergiska reaktioner man får. Man kan även behandla med kortison eller, vid svår allergi, genomgå immunoterapi där man ”lär” kroppen att inte överreagera på ett visst allergen. Man börjar med låg dos som stegvis ökar. Denna behandling kallades tidigare för hyposensibilisering.

Utöver olika typer av läkemedel finns det en del man kan göra själv för att minska allergin, till exempel att borsta och bada sin hund ofta eftersom den utöver sina egna allergener kan dra med sig pollen i pälsen. Att helt undvika allergener från hundar och katter går däremot inte, i så fall måste man helt undvika inte bara djuren utan även djurägarna då de bär med sig allergener på kroppen och i kläderna.

Därför är det till exempel lönlöst med hundförbud i köpcentra, restauranger och andra platser inomhus: om man är så pass allergisk att man inte kan gå in i ett köpcentrum eller resa med en passagerarfärja där det någonstans vistas, eller har vistats, en hund, katt eller djurägare eftersom allergin så pass allvarlig att man troligen inte kan besöka allmänna platser utan stark medicinering.

Hundars allergener

➜ Alla hundar bär på allergener, de sex viktigaste allergenen är benämnda Can f 1 – Can f 6 och allergener finns i hundens päls, hud och saliv i olika mängd.

Allergenet Canf 5 finns bara i urinen hos hanhundar som inte är kastrerade. Det ser ungefär likadant ut i alla raser och allergennivåerna och -utsöndringen skiljer sig mer mellan individer än mellan hundraser.

Det finns många teorier om att pälssorten skulle kunna påverka ”allergivänligheten”, men forskning har hittills inte visat att vissa pälstyper skulle avge mindre allergen än andra. Allergenet Can f 3 kan öka i hundens saliv om hunden har sår eller infektioner i munnen. Lider hunden av någon hudåkomma, till exempel seborré, kan det påverka allergenutsöndringen i hundens päls.

Can f 1 är det vanligaste hundallergenet och anses vara det som flest hundallergiker reagerar mot.

Agnes Wolds förebyggande allergiråd

Agnes Wold skickar med ett förebyggande allergiråd:

– Ge barnet mat från 3–4 månaders ålder, inte i pyttesmå smakportioner (som Livsmedelsverket säger) utan mer rejält. Det är ett råd som bygger på evidens. Sedan kan man försöka se till att barnet tidigt träffar många olika människor och djur, vilket bygger på att man sett att barn med många syskon har mindre allergi, liksom de som växer upp med hundar och katter.

Att allergier alltså uppstår i spåren av vårt alltför renliga sätt att leva och att barn börjar på förskola senare nuförtiden samt att de introduceras för mat senare och helammas för länge är enligt Agnes de huvudsakliga orsakerna till att

allergierna ökar. Den minskade exponeringen för bakterier gör att immunförsvaret blir felaktigt aktiverat och kroppens tolerans minskar. Immunförsvaret sitter till stor del i tarmen, och en varierad tarmflora tidigt i livet skyddar mot allergier, medan en obalanserad flora kan göra oss mer mottagliga för allergiska reaktioner. Aladdin-studien, gjord på Karolinska Institutet, presenterades i februari 2026 och visar att rätt tarmflora tidigt i livet kan minska risken för allergi.

– Om vi kan hitta sätt att stödja dessa bakterier hos spädbarn, kanske via kost, amning eller andra metoder, kan det på sikt bli ett nytt verktyg för att förebygga allergier, säger Johan Alm, barnläkare och forskare vid institutionen för klinisk forskning och utbildning, Södersjukhuset, Karolinska Institutet.

”...det är tyvärr alltför vanligt att gamla felaktiga råd hänger kvar med katastrofala följder”

Men vilka råd ska man då ge till människor när det gäller allergier? Både i förebyggande syfte och för att lindra allergier som redan har uppstått?

– Alla råd kommer med biverkningar, säger Agnes, och eftersom det hela tiden kommer ny forskning är det tyvärr alltför vanligt att gamla felaktiga råd hänger kvar med katastrofala följder.

Det finns många teorier och långt ifrån alla har vetenskapliga belägg. Man får använda sitt sunda förnuft och lyssna på erfarna forskare och läkare. Det gäller att hitta en bra balans i livet och inte bara försöka undvika sådant man tror att man kan bli allergisk mot och kanske inte fullt ut anpassa sitt liv efter den allergi man har. ●

Ny svensk studie om hundallergi hos barn

➜ En studie har nyligen genomförts med hjälp av svenska nationella register över barn i åldrarna 3–16 år med astma- eller allergidiagnos.

Rubriken var: *Dog exposure and subsequent asthma outcomes in children with asthma and allergy* och den publicerades i *Journal of Allergy and Clinical Immunology Global* i maj 2026. Exponeringen för hund delades in i kategorierna kontinuerlig (föräldrarnas hundägande vid diagnos och under hela uppföljningsperioden), avbruten (ägandet upphörde någon gång efter diagnos) och ingen exponering.

Man fann inget tydligt samband mellan kontinuerlig exponering för hund och måttlig till svår astma Två, fyra och sex år efter diagnos var astman ungefär densamma hos barn med och utan hund. När det gällde barn med akut astma som kräver akutvård eller hög användning av luftrörsvidgande medicin såg man dock en något högre risk för barn med hund än utan.

Eftersom man följt barnen över flera år kunde man också konstatera att den något förhöjda risken för akut astma hos barn med hund i familjen fanns kvar även i de familjer som gjorde sig av med hunden. Att inte längre ha hund verkade alltså inte förbättra den akuta astman.

zooplus
Hundmat och tillbehör på nätet

10% RABATT*
för nya kunder!
RABATTKOD:
HUNDSPORT
*Giltig t.o.m. 31.10.2026. På beställningar från 499 kr. Kopiera in koden i fältet för rabattkoder i kassan
www.zooplus.se | Din husdjursbutik online