

Lukt och covid-19

**Karl Johan Borstedt, Bitr överläkare
ÖNH, Karolinska Universitetssjukhuset**

2026-09-30

Agenda

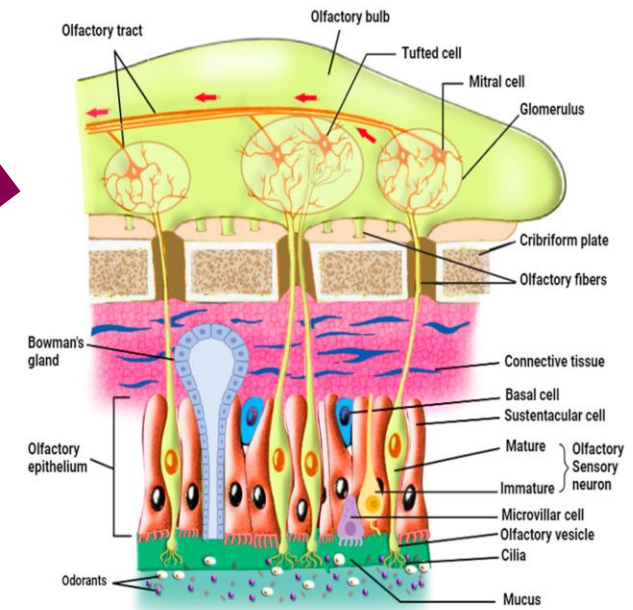
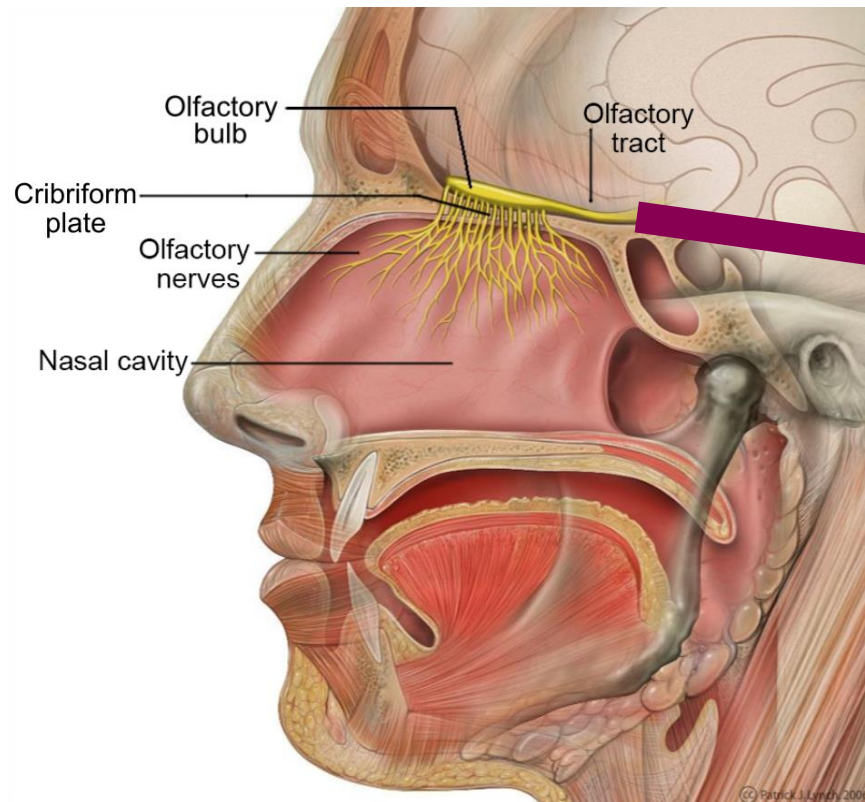
- Varför är jag här?
- Så fungerar luktsystemet
- Varför är lukt viktigt?
- Lukt & smak
- Vad hände under pandemin?
- Lukt- och smakmottagningen
- Behandling

Människan har bra luktsinne



Om vi har hög **motivation** och tvingas **fokusera** på näsan är vi duktiga på att använda luktsinnet.

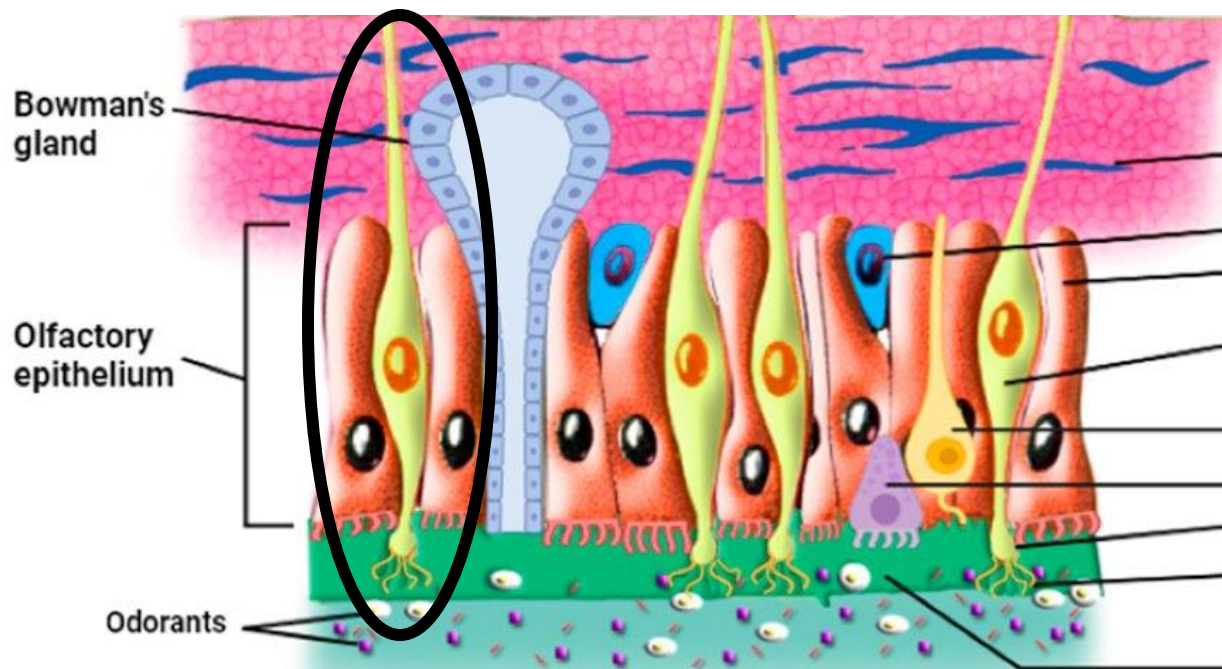
Så fungerar luktsinnet



By Patrick J. Lynch, medical illustrator - Patrick J. Lynch, medical
illustratorFile:Head_olfactory_nerve.jpg, CC BY 2.5,
<https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=68370471>

Al-Saigh, N.N.; Harb, A.A.; Abdalla, S. Receptors
Involved in COVID-19-Related Anosmia: An Update
on the Pathophysiology and the Mechanistic
Aspects. *Int. J. Mol. Sci.* **2024**, *25*, 8527.
<https://doi.org/10.3390/ijms25158527>

Så fungerar luktsinnet



Stödjecell

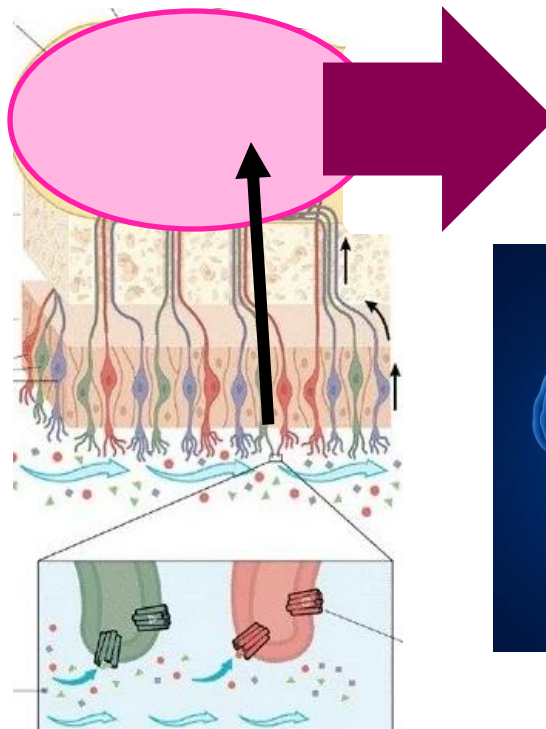
Luktneuron
(luktnerven)

Stödjecell

Så fungerar luktsinnet



Skallben



Hjärnan tolkar signalerna



100 olika doftmolekyler

Hjärnan tolkar signalerna

kontext

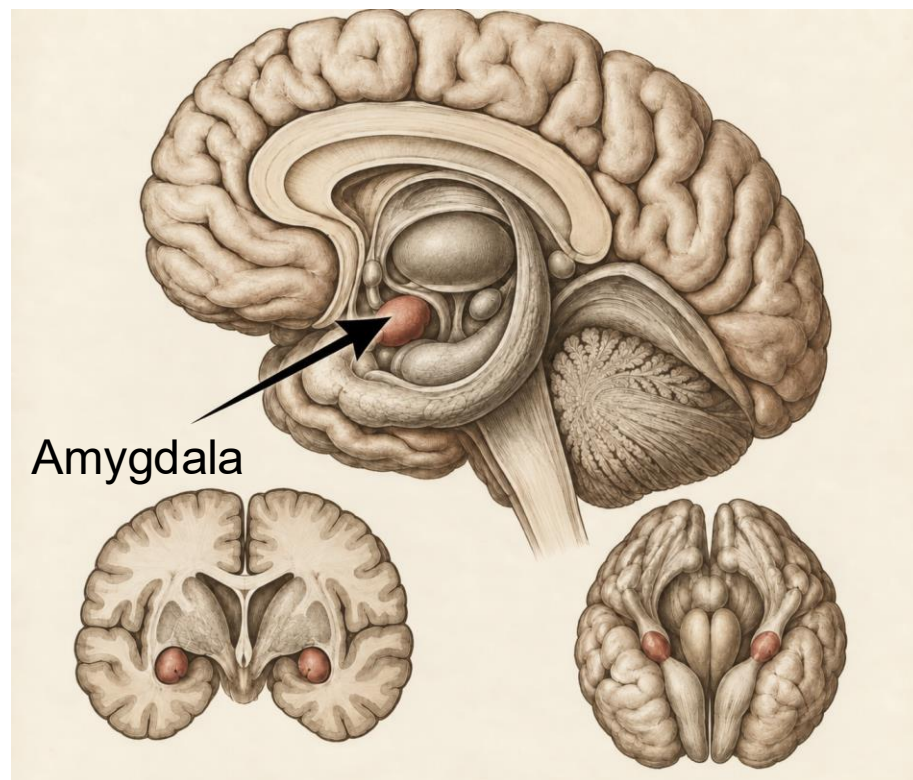


Parmesan?



Kräks?

Varför blir man känslomässigt berörd av lukt?



Varför är lukt viktigt?



Varför är lukt viktigt?

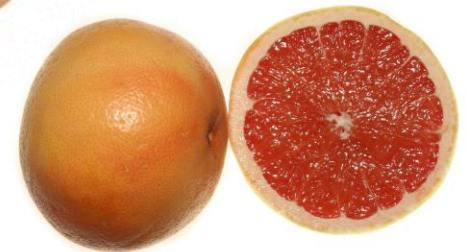
- 1/3 av pat med luktnedsättning har stor påverkan på QoL

(Cray et al 2014)

- 35-75% med luktstörning hade depressiva symtom

Oleszkiewicz A 2025

Smak + lukt = smakupplevelse

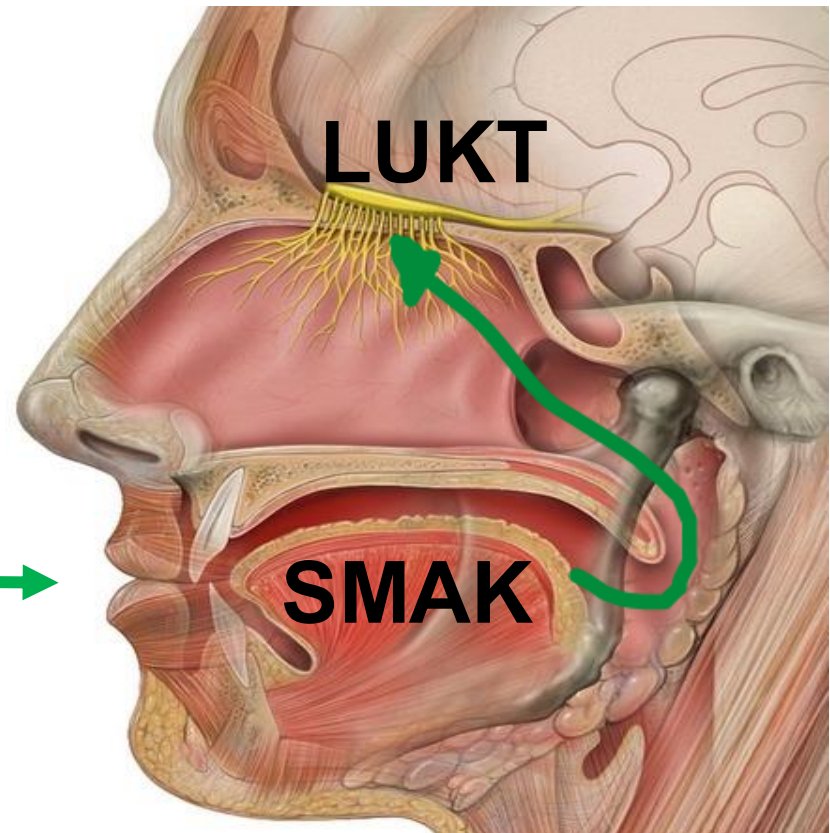


Smak + **lukt** = smakupplevelse

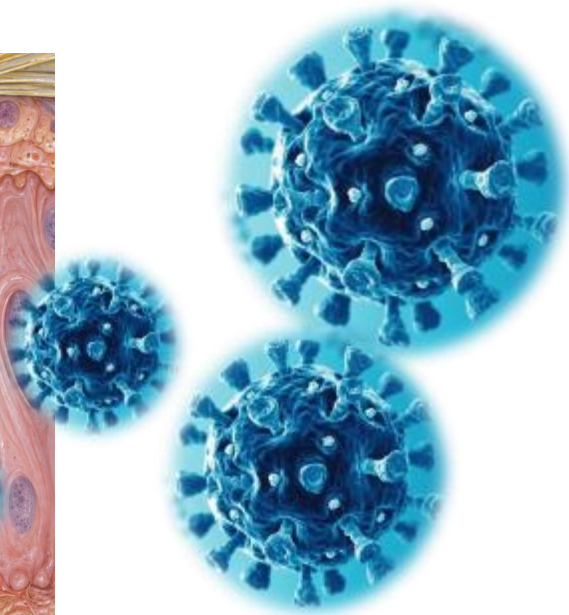
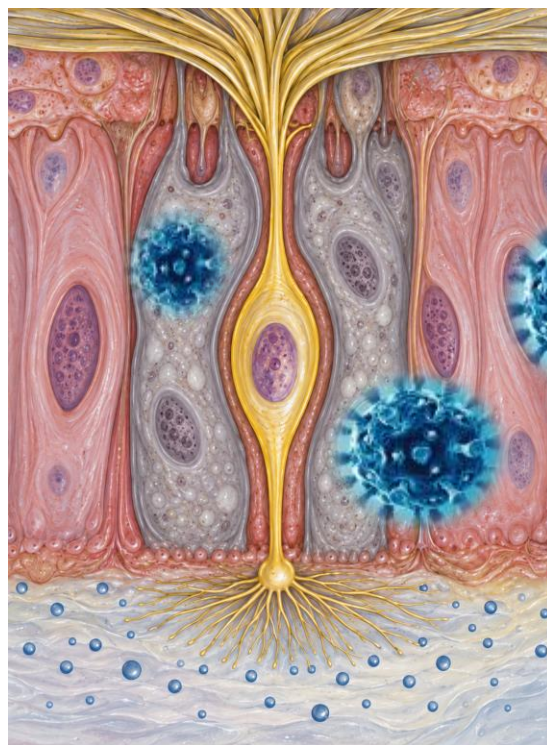


Smak + lukt = **smakupplevelse**

FLAVOR



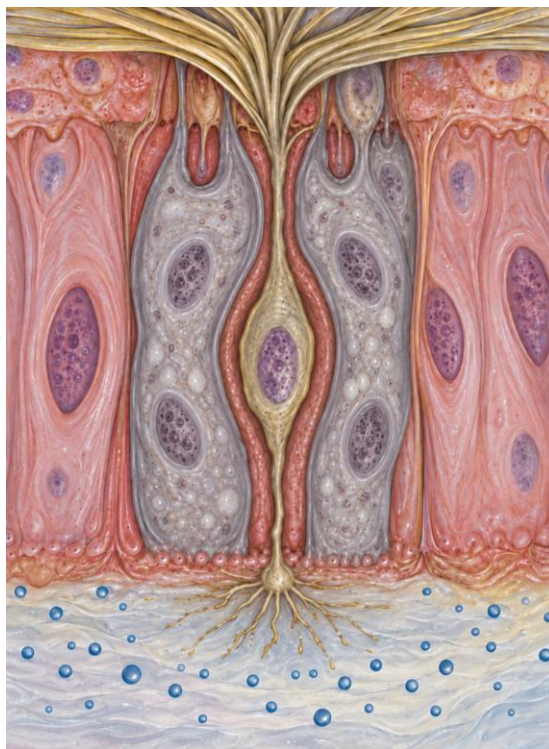
Vad hände under pandemin?



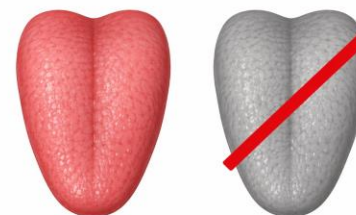
Vad hände under pandemin?

Luktstörning 77-87%
vid pålitlig testning

Hummel et al 2023



50% smakbortfall



Lukttest

Sniffin' Sticks

T

röskel

olika spädningar

"Som ett hörseltest"



D

iskrimination

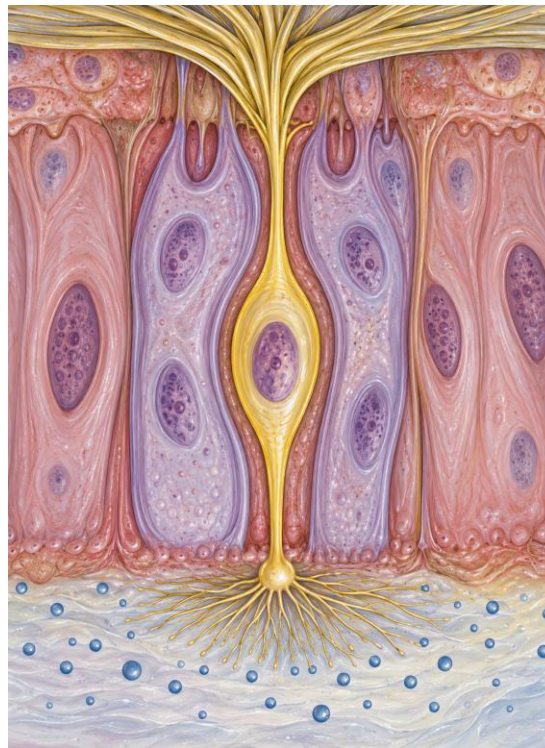
Vilka pennor luktar lika?

I

dentifikation

Vad är det som luktar?

Vad hände under pandemin?

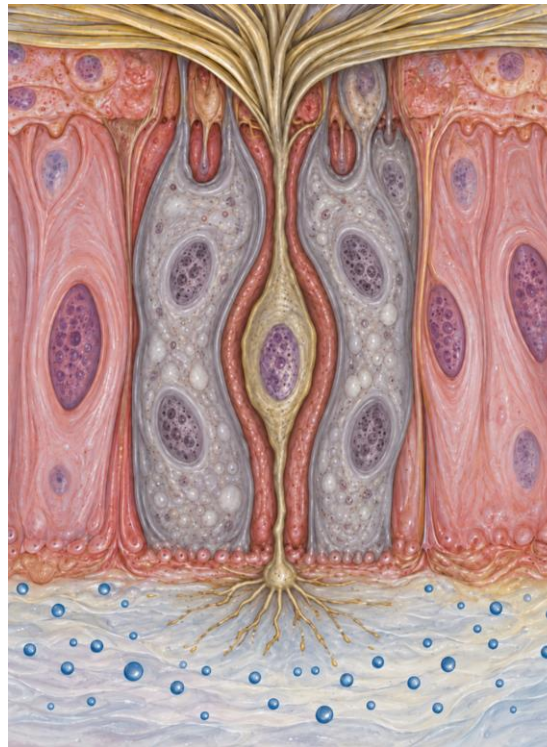


4/5 fick tillbaka lukten
< 1 mån

Miwa T 2026



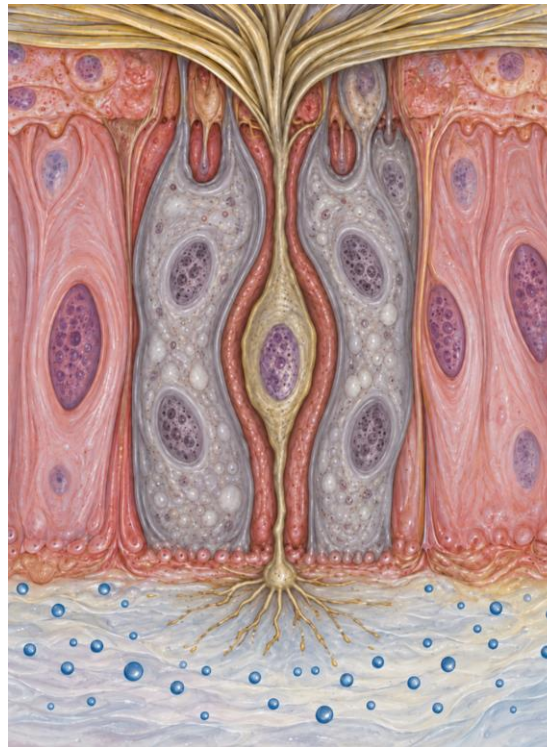
Vad hände under pandemin?



efter 1 år hade 6%
fortfarande luktstörning

Miwa T 2026

Vad hände under pandemin?



Kvantitativ: hur mycket känner man?

Kvalitativ: vad känner man?

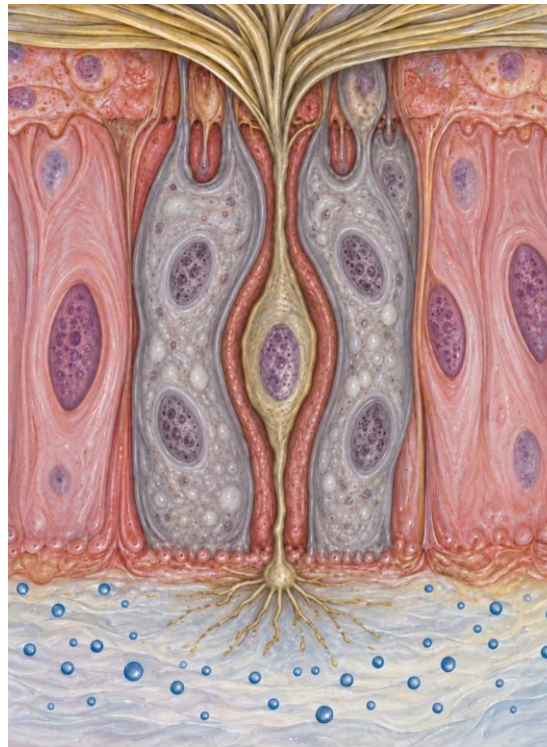
Vad hände under pandemin?

Parosmi:
förvrängd lukt

Upp mot 2/3 med
luktnedsättning fick
parosmi Hummel et al 2023

Unga kvinnor mest
drabbade Pellegrino et al
2021

Efter ca 2,5 år har
hälften kvar sin parosmi.



Triggerdofter:

- Kaffe
- Choklad
- Kött
- Lök
- Vitlök
- Ägg
- Mentol

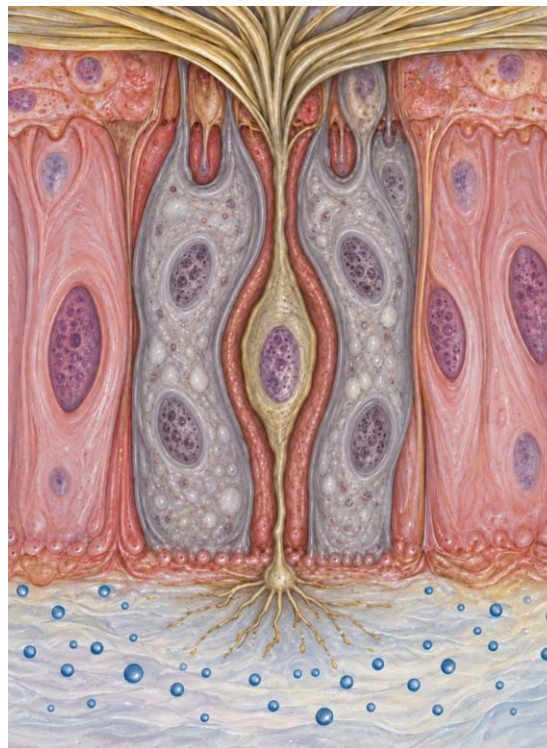
Vad hände under pandemin?

Fantosmi:
fantomluk

1/3, de flesta
övergående

Gary et al 2023

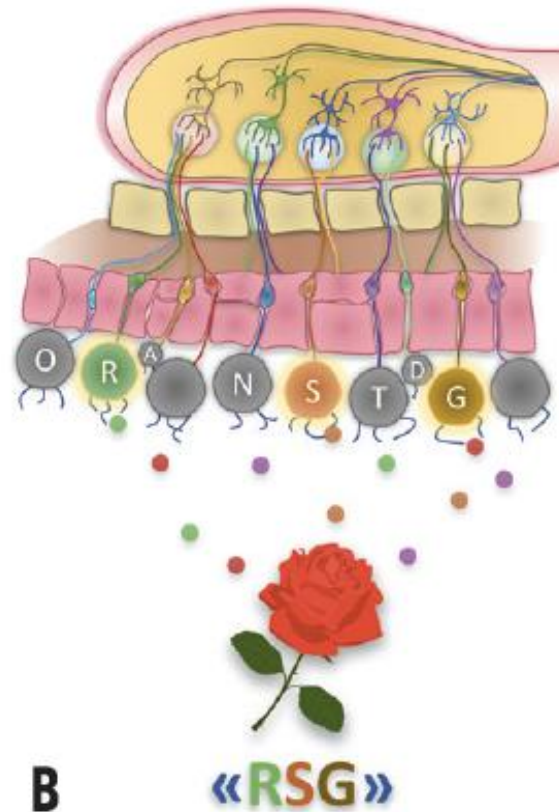
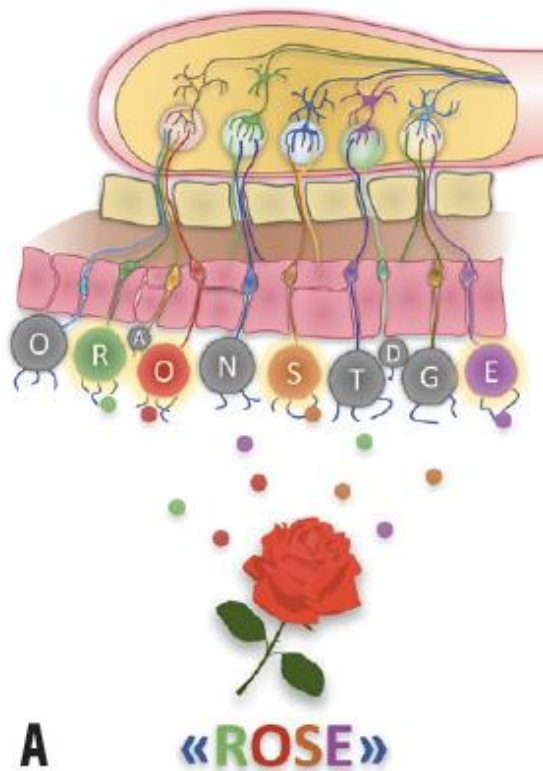
"Spretig grupp"



Beskrivningar:

- Rök
- Bränt
- Aska
- Cigaretter
- Ammoniak
- Vinäger

Parosmi



Luktstörning efter covid är inte nödvändigtvis postcovid

Patient 1

-covid

-parosmi

-kvarstående
hyposmi

-i övrigt frisk

Patient 2

-covid

-parosmi

-kvarstående
hyposmi

-fatigue, PEM,
autonomdysfunktion

Lukt och smakmottagningen

Huddinge sjukhus 2021 Sköterskedriven
ÖNH-kliniken 1000 patienter/år



Behandling

Parosmi sitter oftast i 3-7 mån



4/5 fick tillbaka lukten
< 1 mån

Miwa T 2026

- 50,8% (Parosmi baseline)
- → 18,7% (1 år)
- → 3,5% (2 år)

Lechien JR 2023

Blir av med parosmin:

30 dagar: 74,1%

60 dagar: 85,8%

90 dagar: 90,0%

180 dagar: 95,7%

Tan et al. 2022

Behandling

Luktträning

- Välj 4 dofter i hemmet
 - Lukta sniffande 10-15 sek/lukt och föreställ dig doften
 - Morgon och kväll
 - Fortsätt i 3-6 mån
 - Byt gärna lukt var 3:e mån
-

Behandling

Luktträning

28% förbättrades jmf med 6% utan träning

Störst effekt på **Identifikation** och **Diskrimination**

Även viss effekt mot parosmi

Behandling

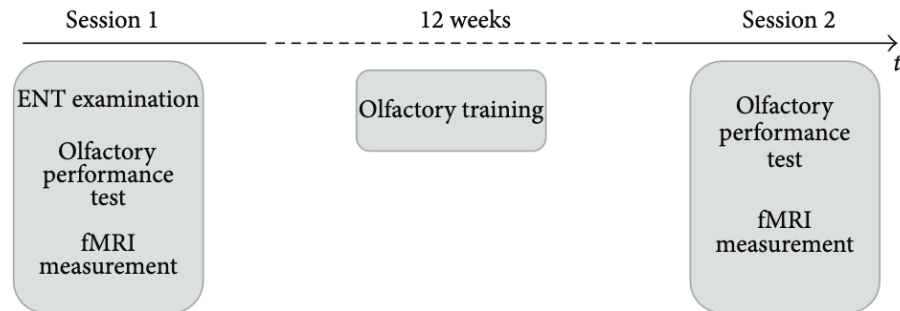
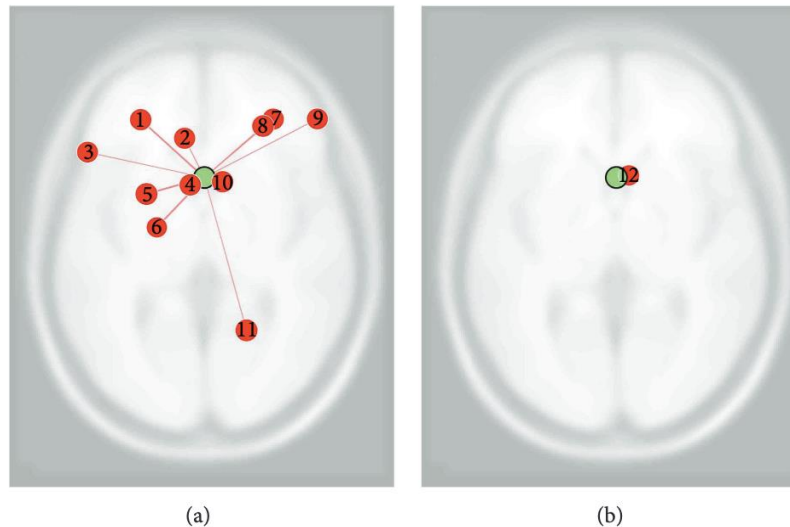
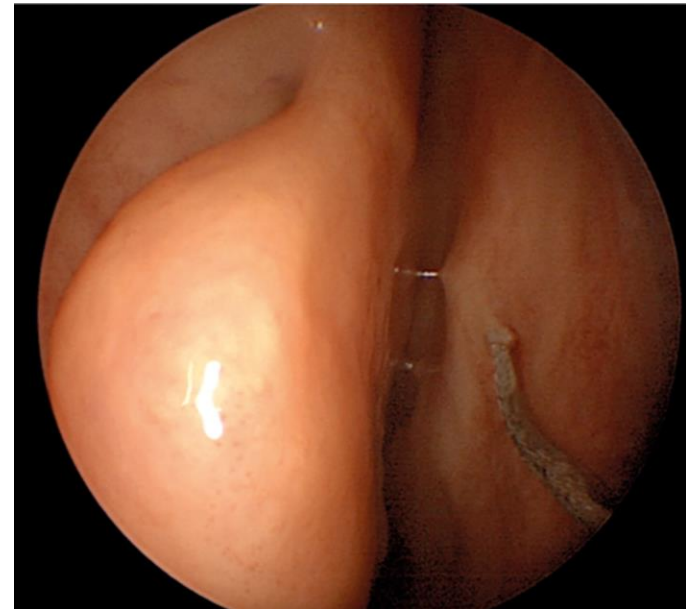


FIGURE 1: Schematic description of experimental procedure.



(Kolindorfer et al 2014)

Trendspaning: PRP?



Lechien, J.R. (2025), Platelet-Rich Plasma for Posttraumatic Olfactory Dysfunction: Preliminary Report of 33 Patients. *Otolaryngol Head Neck Surg*, 173: 1297-1301.

Yan CH, Jang SS, Lin H-FC, et al. *Use of platelet-rich plasma for COVID-19-related olfactory loss: a randomized controlled trial. Int Forum Allergy Rhinol.* 2023; 13: 989–997.

Trendspaning: PRP?

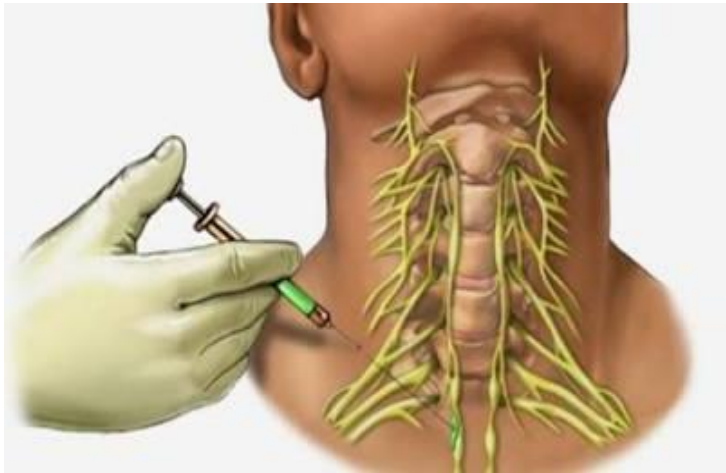
Placebokontrollerad RCT visar liten förbättring
diskrimination –utan subjektiv skillnad.

Yan CH, Jang SS, Lin H-FC, et al. *Use of platelet-rich plasma for COVID-19–related olfactory loss: a randomized controlled trial. Int Forum Allergy Rhinol.* 2023; 13: 989–997.

Randomiserad placebokontrollerad evidens
saknas vid PTOD.

Lechien, J.R. (2025), Platelet-Rich Plasma for Posttraumatic Olfactory Dysfunction: Preliminary Report of 33 Patients. *Otolaryngol Head Neck Surg*, 173: 1297-1301.

Trendspaning: ganglion stellate-blockad?



Dubbelblindad
placebokontrollerad RCT visar
ingen förbättring på varken
luktsinnet eller parosmin.

40% förbättrades i båda
grupperna –stor placeboeffekt?

Farrell NF, Crock LW, Islam A, Adkins D, Peterson AM, Kallogjeri D, Piccirillo JF. Stellate Ganglion Block for the Treatment of COVID-19-Induced Parosmia: A Randomized Clinical Trial. JAMA Otolaryngol Head Neck Surg. 2025 Aug 1;151(8):741-749.

Sammanfattning

Känsligt system med potential till återhämtning

Luktsinnet viktigt för välbefinnandet/livskvaliteten

Tiden löser många problem

Lukt- och smakmottagningen utreder luktstörningar

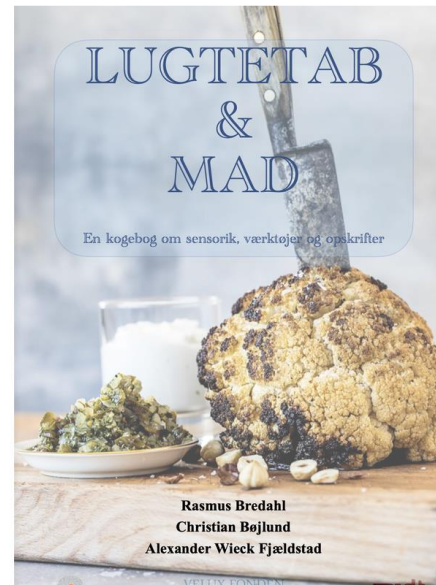
Luktträning

Många behandlingar har testats, men få fungerar för alla

TIPS

luktttraning.se

Gratis kokebog
til patienter med
lugtetab



Gastroscience

Genvind glæden ved mad og
madlavning efter lugtetab

I forbindelse med kokkeskoleprojektet,
har vi udgivet en kokebog (e-bog) med
værktøjer og opskrifter til patienter med
lugtetab, som kan downloades gratis på
Apple Books (kræver iPhone, iPad eller
Mac):

<https://books.apple.com/dk/book/lugtetab-og-mad/id6448219403?l=da>

Flyer med informationer om kokebogen
og QR kode til download:

https://flavourinstitute.dk/onewebmedia/Kokebog%20lugtetab%20flyer%20QR_medium.pdf

Skillnad för olika mutationer

Table 2. Incidence of Chemosensory Disturbances Seen During Each Variant Peak Time Interval

	Untyped	Alpha	Delta	Omicron K	Omicron L	Omicron C	Omicron B
COVID-19 cases	979,991	91,150	467,787	723,017	32,641	94,995	217,949
COVID-19 + S/T cases	9,430	654	2,876	975	25	56	147
%COVID-19 with S/T	0.96	0.72	0.61	0.13	0.08	0.06	0.07
OR	1.00	0.74	0.64	0.14	0.08	0.06	0.07
95% CI	-	(0.69, 0.81)	(0.61, 0.66)	(0.13, 0.15)	(0.05, 0.12)	(0.05, 0.08)	(0.06, 0.08)

Abbreviations: CI, confidence interval; OR, odds ratio; S/T, smell or taste disturbance.

Reiter et al., 2023

74%

64%

6%