



”Fingertip-reglen”

Følgende kan bruges som rettesnor for, hvor meget hormoncreme (eller anden creme) der skal smøres på.

1 ”fingertip” er den stribe creme, som kan være på det yderste led af en persons pegefinger. 1 ”fingertip” creme svarer til den mængde creme, der skal benyttes til et område på størrelse med personens to håndflader.

Der skal således anvendes forskellige antal ”fingertip” alt efter, hvor stort område, der skal behandles:

Hoved = 2½ fingertip, heraf 1 fingertip til ansigtet

Hånd = ½ fingertip

Arm = 3 fingertip

Ben = 6 fingertip

Fod = 2 fingertip

Kroppen (både forside og ryg) = 7 fingertip

Klinik for børn & unge



Børneeksem



Hvad er børneeksem?

Børneeksem kaldes også atopisk eksem, astmaeksem eller atopisk dermatitis.

Børneeksem er en medfødt og delvis arvelig hudlidelse. Risikoen er derfor større hos børn, hvis forældre eller søskende lider af børneeksem, astma eller høfeber.

Forskning har vist, at mangel på proteinet filaggrin i huden øger risikoen for at udvikle børneeksem. Filaggrin-mangel skyldes en medfødt fejl i arvemassen. Når du mangler filaggrin, bliver din hud dårligere til at beskytte dig mod omgivelserne og også dårligere til at holde på vandindholdet. Mangel på filaggrin gør kort sagt huden utæt som en si.

Resultatet bliver en tør og meget følsom overhud. Huden kan begynde at skælle og sprække og udefrakommende stoffer kan lettere trænge igennem hudens yderste lag og irritere huden. Derved kan der opstå rødme og kløe.

I enkelte tilfælde kan børneeksem forværres af fødevarer. I de første leveår drejer det sig hyppigst om æg og komælk.

Allergi er ikke årsag til børneeksem, men allergi kan forværre eksemet.

Børneeksem kan optræde i forskellige sværhedsgrader.

Børneeksem begynder som regel i spædbarnsalderen med rødt, tørt og skællende eksem i hårbunden, på kinderne og bag ørerne, på strækkesiderne af arme og ben. Senere ses eksemet oftest i bøjefurerne: Albuebøjninger og knæhaser.

Kløen kan være meget generende og føre til, at der kradses med risiko for betændelse, dannelse af sårskorper og fortykkelse af huden.

Børneeksem smitter ikke og er ikke tegn på lidelser i de indre organer.

Hyppighed

I Danmark får 20 % af alle børn denne type eksem og de fleste, før de fylder 1 år. Hos mindst 75 % ”vokser” barnet fra sin børneeksem. Børneeksem øger dog risikoen for at udvikle håndeksem i voksenalderen.



Undersøgelser

Samtale om barnets symptomer. Inspektion af angrebne hudområder.

Priktest, evt. blodprøve

Evt. diæt med udelukkelse af bestemte fødevarer efter aftale.

Behandling

Børneeksem kan ikke helbredes, men der findes medicinske behandlinger, som kan lindre kløen, bedre eksemet og forebygge nye udbrud.

Først og fremmest gælder det om, at forebygge eksem ved dagligt at bruge tid på at smøre med fede cremer for at holde huden fugtig og smidig.

Når der alligevel kommer eksem, kan der behandles med hormonsalve/-creme (som også kaldes steroidsalve/-creme), som indeholder binyrebarkhormon. De findes i forskellige styrker. Vi planlægger behandlingen af barnets eksem ud fra, hvor på kroppen det er, og i hvilken sværhedsgrad det er.

Mange er bange for anvendelse af binyrebarkhormon pga. bivirkninger (f.eks. at hudens struktur skal blive tyndere) men ved korrekt anvendelse, er det en effektiv behandling uden bivirkninger.

Cremer skal smøres godt ind i den syge hud. Hormoncremer anvendes i et tyndt lag. Det giver kun 20 % bedre virkning at smøre 2 gange dagligt. Derfor er det ofte nok at smøre én gang daglig. Virkningen bliver heller ikke bedre af at smøre et tykt lag på. Smør kun hormoncremen på den syge hud.

Køleskabskold fugtighedscreme kan lindre kløe om natten.

Andre behandlingsmuligheder

Hvis der ikke opnås tilfredsstillende behandling med hormonsalve/-creme, kan der i stedet behandles med de forholdsvis nye ikke-hormonholdige salver Elidel og Protopic, som er immundæmpende præparater. De kan i begyndelsen af behandlingen give irritation i huden efter påsmøring. Om sommeren kan der være øget følsomhed over for solen på hudområderne, som behandles.