

Barneeksem (Atopisk eksem)

20% av befolkningen har atopisk eksem (barneeksem). En del av de som har atopisk eksem får senere også problemer med slimhinnene i form av astma, bronkitt, høysnue og allergisk øyekatarr.

Av Dr. Helge Bengtsson

Barneeksem forekommer som navnet sier mest hos barn. Hos de fleste forsvinner eksemet før man blir voksen.

Atopisk eksem ser forskjellig ut i forskjellige aldre

Spedbarn (0 – 2 år)

Småbarnseksemet er vanligst på kinnene, i pannen eller i hodebunnen, men kan også forekomme på armer, ben og hals. Eksemet klør, og det klør mye. Det er rødt og det kan ofte væske en del.

Barn (2 – 12 år)

Etter hvert som barnet blir eldre forandrer eksemet seg. Det flytter seg fra hodet til albuebøyningene, knehasene, håndleddene og anklene. Eksemet blir ofte mindre med alderen, men kløen vedvarer.

Eksem hos voksne

Etter 30 – 40 års alderen har de fleste vokst fra seg sitt eksem. De som fortsatt har det får ofte fortykket hud som flasser litt og er meget tørr. De vanligste stedene er ansiktet, overkroppen og eksem på hendene.

Atopisk eksem og allergi

De med atopisk eksem har en økt risiko for å utvikle allergi mot bl.a. bjerk, gress, burot, hund, katt og husstøvmidd. Men selv om de har det, så er det ikke spesielt vanlig at eksemet skyldes allergien alene. Og skulle man finne en allergi så er det ikke sikkert at eksemet bli bra etter at man har fjernet det man er allergisk for. Det skyldes at det atopiske eksemet blir påvirket av mange forskjellige ting og mange av de tingene lar seg ikke allergiteste. En allergitest kan være en brikke, men sjelden hele puslespillet. En allergi oppdages ved allergitest (prikktest). Prikktest kan utføres helt ned til spedbarnsalderen dvs fra barnet er 2 uker gammelt.

Behandling

All behandling er påvirkningsbehandling, og ikke helbredende behandling. Huden er alltid for tørr. Dette kan motvirkes ved hyppig bruk av nøytral fuktighetskrem eller olje/salve, mens lotion og milk som regel er uten virkning pga det store vanninnholdet.

Karbamidkremer er effektive, men svir i hudsprekker. Man må alltid selv prøve seg fram og finne salver/ kremer som passer for den som har eksemet.

For barn under 18 år kan det søkes om hjelpestønad hvis foreldrene må hjelpe barnet med smøring flere timer per uke. Utgifter til slike salver, kremer og evt. badeoljer, inkludert kremer/salver på hvit resept, kan søkes refundert fra trygdekantoret etter folketrygdlovens kap. 5/22. Det kan også bli aktuelt å søke om grunnstønad. Husk å samle kvitteringer!

Ved søknad for flere familiemedlemmer kan man slå sammen utgiftene til alle familiemedlemmene dersom bidragssøker forsørger ektefelle eller barn under 18 år. Hvert familiemedlems utgifter må overstige 1500 kroner før de kan slås sammen. Familien betaler samlet bare ett minstebeløp per kalenderår.

Det kan ofte være aktuelt å bruke medisinske kremer på resept (kortisonkremer, Elidel eller Protopic).

Det er viktig å skille på hvordan fuktighetskremer og medisinske kremer brukes:

- Fuktighetskrem smøres så ofte som mulig, minst 2 ganger daglig og hver gang man har vasket seg eller dusjet. Jo mer jo bedre. Kan smøres over hele kroppen. Brukes både når det er eksem og forebyggende.
- Medisinske kremer smøres kun 1 – 2 ganger daglig. Et tynt lag er nok. Smøres kun på eksemflekkene, og med forsiktighet der hud ligger mot hud. Brukes ikke forebyggende, men kun når det er eksem. Brukt på riktig måte er det ingen fare for bivirkninger med kortisonkrem.

Sol, sommer og ferie er ofte en meget bra behandling av atopisk eksem. Sollys har vist seg å ha en gunstig virkning på mange hudsykdommer, deriblant atopisk eksem. I vinterhalvåret er det mulig å få lysbehandling hvis det skulle være behov for det. Lysbehandling er kunstig sollys der man har laget lysrør med de strålene som demper atopisk eksem (UVA + UVB). Solarier inneholder nesten bare UVA og vil ikke være så effektive.

Hudkløen er stor og den kan minkes ved bruk av salver/kremer, men kan også bedres ved bruk av kløestillende medisiner (tabletter/mikstur).

Forebygging

- Ullklær vil nesten alltid øke kløen. Bomullsmaterialer er alltid å foretrekke. Det finnes også syntetisk undertøy med stor sugsevne.
- Det er en fordel å bruke minst mulig såpe, ettersom dette "avfetter" huden og derfor øker tørrheten og kløen.
- Det er også en fordel at man etter bad og dusj gir huden fett/fuktighet tilbake ved å bruke nøytrale salver og kremer.
- Enkelte matvarer øker kløen uten at det behøver å være snakk om allergi. Dette gjelder citrus, jordbær og mat tilsatt kunstig smak og fargestoffer.
- De som har hatt barneeksem som små får lettere håndeksem/yrkeseksem i voksen alder, og det er derfor en fordel å utdanne seg i et "tørt og rent" yrke.

9 av 10 som har barneeksem blir kvitt dette før de blir voksne, mens ca halvparten får håndeksem i voksen alder. Ved kronisk sykdom kan det søkes unntak fra arbeidsgiveransvar for sykepengene.

Hudlegekontoret arrangerer eksemskole for foreldre (fortrinnsvis barn under 10 år)

På møtet blir det lagt vekt på å snakke om det å leve med eksembarn. Vi ser også på lysbilder og snakker om sykdommens varighet, allergi, smøreteknikk og kortisonsalver.

Det kalles for børneeksem på dansk, og böjveckseksem på svensk.

Norsk Psoriasisforbund og Norges Astma- og Allergiforbund tar imot atopikere som medlemmer.