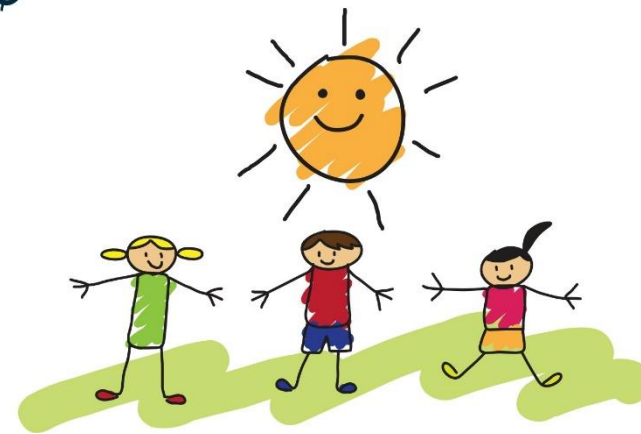


# Børnelægeklinikken Horsens



## Vejledning om børneeksem

J. Chr. Juliussensvej 9, 1. t.v. – 8700 Horsens – tlf. 76269300

## Almen viden om tør hud/børneeksem

### Fakta om børneeksem

- Tør hud klør
- 15-20% af danske børn udvikler børneeksem
- Det sidder typisk i albuebøjninger, knæhaser, kinderne, hånd og fodled
- God hudpleje kan forebygge eksem
- I perioder er det nødvendigt med receptpligtige cremer og salver

### Bad

- Kom ikke sæbe i vandet
- Helst brusebad – hvis badekar, så kun kortvarigt
- Brug kun sæbe, hvor det er nødvendigt
- Tør huden forsigtigt – klip lange negle
- Olie i vandet kan ikke erstatte indsmøring af creme

### Fugtighedscreme

- Smør altid fugtighedscreme på lige efter bad
- Jo mere tør hud jo højere fedtprocent skal cremen have
- Brug kun cremer uden parfume
- Sæt evt. cremen som små klatter (sneflug) og masser den blid ind i huden, sammen med barnet
- Smør mindst én gang dagligt, gerne flere gange dagligt

### Binyrebarkhormoncreme

- Lægen kan ordinere binyrebarkhormoncreme, som kan få eksem til at forsvinde
- Det ordineres typisk som kur med påsmøring 1-(2) gange /døgn til eksem er væk – som regel i 2-3 uger ved svært eksem
- Hvis hyppigt eksem samme steder kan det være nødvendigt med en vedligeholdelsesbehandling, hvor der smøres med hormoncreme 1-2 gange om ugen i flere måneder
- Brug kun et helt tynd lag og kun der, hvor der er eksem
- Ændring af behandling efter ordination
- Et barn med middelsvært eksem bør max. bruge ca. 20 gram binyrebarkhormoncreme om ugen.
- Hold gerne regnskab med forbruget og tal med lægen om det ved kontrolbesøgene.
- Binyrebarkhormoncreme smøres på før fugtighedscreme.
- Vask hænderne grundigt bagefter

## Kalender

Skriv i kalenderen, når du/dit barn får en behandling

Dato	Jan	Feb	Mar	Apr	Maj	Juni	Juli	Aug	Sep	Okt	Nov	Dec
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												
11												
12												
13												
14												
15												
16												
17												
18												
19												
20												
21												
22												
23												
24												
25												
26												
27												
28												
29												
30												

## Dine aftaler

Navn: \_\_\_\_\_

Daglig hudbehandling med fugtighedscreme.

Obs. Fedtindholdet:

- Om vinteren er det godt at bruge de fedeste cremer
- Lotion kan ikke anbefales, da fedtindholdet er for lavt
- Det anbefales at bruge cremer uden parfume og planteekstrakt

**HUSK** at smøre dig hver dag med fugtighedscreme, også i gode perioder.

Hvis du får eksem – skal du smøre:

Kroppen med: \_\_\_\_\_

Ansigtet med: \_\_\_\_\_

Du skal blive ved med at smøre indtil eksemet er næsten væk.

Brug kalenderen til at huske, hvor ofte du smører.

Eksem er oftest tilbagevendende. Derfor er det ofte nødvendigt at genoptage smøringen med hormoncreme med mellemrum.

Dato: \_\_\_\_\_

Læge/sygeplejerske: \_\_\_\_\_

## Undgå kløe



**God daglig hudpleje og behandling mindsker kløen**

**Giv bad og plej huden i god tid før sengetid**

**Klæd barnet i løsthængende bomuldstøj**

**Skift tøjet, hvis det bliver svedigt. Undgå uld direkte på huden.**

**Hold soveværelset køligt og veludluftet**

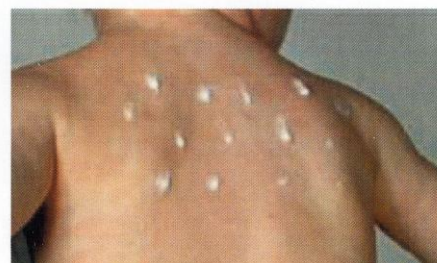
**Hvis huden klør så klap den i stedet for at kradse**

**Afsæt god tid og undgå stress under hudplejen**

**Afled barnets opmærksomhed**

**Ved kløe om natten kan "køleskabskold" creme forsøges**

**Flere oplysninger:  
[www.videncenterforallergi.dk](http://www.videncenterforallergi.dk)**



## Behandling af børneeksem

Hormoncreme findes som cremer, salver og fedtcremer. I nogle hormoncremer er der blandet bakterie- og svampedræbende stoffer i. De bruges typisk, hvis der er tegn på begyndende infektion i huden.

Huden har forskellige tykkelser. Huden er tyndest omkring øjnene og tykkest i håndflader og på fodsåler. Jo tykkere huden er, jo stærkere hormoncreme har din hud brug for.

Hormoncreme findes i 4 styrker.  
Gruppe I til gruppe IV

Gruppe 1 (svag – fås i håndkøb)

F.eks.: Hydrocortison, Mildison. Oftest brugt til ansigt og hals.

Gruppe II (middel – svageste på recept)

F.eks.: Locoid

Kroppen, arme og ben

Gruppe III (stærk)

F.eks.: Diproderm, betnovat, Elocon.

Kroppen, arme og ben.

Gruppe IV (ekstra stærk)

F.eks. Dermovat

Håndflader og fodsåler – mest hos voksne

Hormonfri cremer

Vigtigt:

Der er visse forholdsregler for brug heraf.

Elidel/(tacrolimus)

Protopic (Pimecrolimus)

Flere oplysninger

[www.eksem.astma-allergi.dk/boerneeksem](http://www.eksem.astma-allergi.dk/boerneeksem)

[www.videncenterforallergi.dk](http://www.videncenterforallergi.dk)

## Fugtighedscremer (med fedtprocent)

