

Information om børneeksem

Hvad er eksem?

Atopisk eksem er den hyppigste kroniske børnesygdom i Danmark.

Det er en delvis arvelig sygdom, som ikke kan kureres, men kun lindres. 90 % af sygdomstilfældene udvikles hos børn inden 4 års alderen, hvorfor sygdommen ofte benævnes børneeksem. For de fleste børn forsvinder sygdommen, når de er 7-11 år, men børnene har stadig risiko for udvikling af håndeksem, og ca. 25 % af eksembørnene får tilbagefald med børneeksem i 20-30 års alderen.

Børneeksem består af et vedvarende, kløende eksem med symptomfri perioder afbrudt af eksemudbrud af varierende sværhedsgrad. Man kender ikke årsagen til børneeksem. Den kan være såvel arvelig som miljøbettinget.

Man ved, at hudens hornlag er anderledes end normalt, mangler fedt og er lettere gennemtrængelig for vand og andre udefrakommende stoffer. Den er også mere udsat for udtørring. Der er ikke direkte sammenhæng mellem børneeksem, astma og allergi.

Børneeksem medfører IKKE astma, men personer med børneeksem har øget risiko for udvikling af andre allergiske lidelser (dvs. astma, høfeber og allergi), og ca. 1/3 af eksembørnene udvikler astma. Derfor kaldes børneeksem også ofte for astmæksem.

Fødevarer og eksem

Børneeksem kan i enkelte tilfælde forværres af fødevarer.

I de første leveår er det hyppigst pga. mælk og æg.

Visse syreholdige fødevarer, som tomat- og appelsinsaft omkring munden og på kinderne vil irritere huden og udløse svie og kløe. Det skyldes ikke nødvendigvis, at barnet ikke tåler tomat og appelsin, men derimod ofte at huden er blevet irriteret.

Det er ikke tegn på allergi og kan forebygges ved forinden at indgnide creme om munden.

Udredning

Oftest er der ikke behov for yderligere udredning.

Ved de børn, hvor der er mistanke om en bestemt allergi (fødevarer, husstøvmider osv.), udredes der med en priktest eller blodprøve.

Behandling

Man kan ikke helbrede eksemet.

Eksemhud mangler både fedt og vand og den vigtigste behandling er derfor tilførsel af fugt/fedt til huden for at oprette den naturlige balance.

Børneeksem

Fede cremer

Det kræver daglig (meget gerne x2) indsmøring med fede fugtighedscremer min. 50% og helst 70% fedtindhold. Der findes mange gode fugtighedscremer med højt fedtindhold f.eks. Warmings basiscreme, Ceridal, Neutral Intensiv. Man skal altid vælge en uparfumeret creme.

Hormoncremer

Eksemet er tegn på en slags betændelse i huden og i mange tilfælde er der behov for cremer med binyrebarkhormon.

Binyrebarkhormoner er, når de anvendes korrekt, en effektiv og risikofri behandling af eksemet.

Bad

Huden skal holdes ren, da børn med eksem har flere bakterier på huden.

Barnet må gerne komme i bad dagligt, men kun bruge sæbe hver anden-tredje dag for ikke at udtørre huden unødigt. Det er vigtig at smøre med fed fugtighedscreme efter badet.

Anvendelse af badeolie er mindre effektivt og kan slet ikke anbefales ved infektion i huden.

Der må gerne gå en 1-2 time inden barnet kommer i seng efter badet, da huden kan blive for varm og klø meget.

Kost

Hvis man har mistanke til at maden forværre eksemet, kan man i samråd med lægen prøve at undgå den mistænkte fødevarer i et par uger.

Man må ikke selv ukritisk påbegynde en diæt, da det kan medføre en fejlernæring hos barnet.

En påbegyndt diæt vil altid føre til senere provokation, hvor barnet vil skulle indtage den mistænkte fødevarer og se, om det vil forværre eksemet.

Det sker i samråd med lægen/diætist.

Gode råd

Fede cremer dagligt

Undgå uld direkte på kroppen

Køligt, veludluftet soverum

Amning de første 4-6 måneder

Rygning frarådes

Bad med sæbe 2-3 gange om ugen

Ved voldsom eksem - undgå bomuld direkte på kroppen. Brug syntetisk, åndbart materiale istedet for.

Relevante hjemmeside:

www.atopiskeksemforening.dk

www.astma-allergi.dk/