

Dr. med Claus Lützow-Holm informerer om

Håndeksem

Hva er et eksem?

Et eksem er en betennelse i den ytterste del av huden, som innebærer et kløende utslett som kan være svært plagsomt. Eksemet kan skyldes arvelige faktorer, allergi, og ytre utløsende faktorer (kontaktallergi) - ofte i et komplisert samspill- som vi ikke alltid klarer å kartlegge godt nok.

Hvordan kan vi finne årsaken(e)?

Pas. selv vil ofte ha registrert forverrende årsaker, mye kan skyldes en arvelig ”barrierebrist i huden ”, og av og til kan vi gjøre testing som avdekker ytterligere årsaker.

Hvilke undersøkelser bør gjøres?

Det vil ofte være nyttig å gjennomføre en allergitest mot mulige kontaktallergener, dvs en test som kan påvise direkte om det er stoffer din hud er blitt allergiske mot- og som kan være årsak til det aktuelle eksemet. Det er en såkalt ”lappetest”, der det festes en ”lapp” med litt over 20 substanser på huden- og som avleses etter noen dager for å avdekke en mulig årsak. Av og til bør det også gjøres en såkalt prikktest – som i større grad kartlegger en mer arvelig betinget allergi. Håndeksemer utløses meget sjelden av inntak av spesielle matvarer.

Hvordan skal jeg behandle håndeksemet?

Et eksem vil svært ofte kunne bli mye bedre etter behandling med kortisonkremer eller de nyere produktene Elidel® eller Protopic® , der prinsippet er å ”slå eksemet ned”, for så å behandle sjeldnere med krem/salve for å holde eksemet i sjakk, fx behandles 2-3 g/**uke** . Det kan av og til oppstå infeksjon i eksem, og det bør da behandles på andre måter i tillegg.

Av og til vil vi anbefale lysbehandling, og en sjelden gang er også behandling med tabletter en mulighet.

Blir eksemet noen gang bra?

De fleste som har håndeksem har en hud som har en redusert evne til å beskytte seg mot irritasjon, og utslett vil ofte variere i intensitet, avhengig av livsfase og årstid. Det er få som har det hele livet. For mange er en bedring av eksemet med 60-80% en realistisk målsetning.

Har jeg noen rettigheter til å få refundert utgifter til behandlingen?

Egenandel på kortisonkremer på blåresept skal føres på egenandelskortet på Apoteket.

Utgifter til fuktighetskremer kan refunderes med 90% pr kalenderår, etter en egenandel på pt. 1600 kr.

Det refunderes kun navngitt fuktighetskremer der det foreligge kvittering fra Apotek, og legen må søke om dette etter å ha fått alle nødvendig opplysninger om hvilke kremer du bruker, samt mengde.

Hvis det er faktorer i yrket som er sikker årsak til eksem vil det være egne ordinger som trykdekontoret kan informerer om.