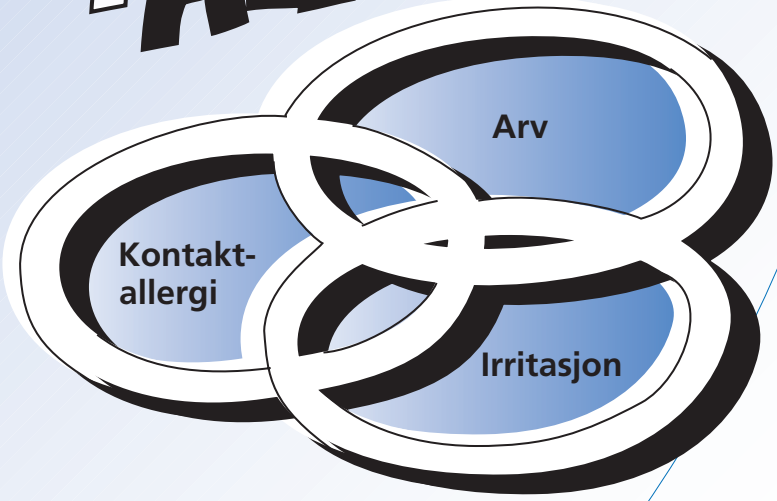
KONTAKT ALLERGI



Claus Lützow-Holm, hudlege, dr. med., Oslo
Berit Rustenberg, hudlege, Larvik

Innholdsfortegnelse

Side

A. Generelt om bruken av dette hefte 3

B. De vanligste teststoffene (alfabetisk) 5
Epoxy-plast 5
Fenol-formaldehyd 6
Formaldehyd 7
Gummitilsetninger (mercapto-, thiuram-PPD-mix) 8
Kathon CG 9
Kobolt 10
Kolofonium 10
Kortison (tixocortol-21-pivalate) 11
Krom 12
Neomycin 13
Nikkel 13
Parabener 14
Parafenylendiamine (PPD) 15
Parfyme-mix 15
Perubalsam 16
Primin 16
Quaternium 15 17
Quinoline-mix 17
Sesquiterpene lactone mix 18
Ullfettalkoholer (lanolin) 19

C. Råd til pasienter med håndeksem 19

D. Hånd i hanske: Hvilke hansker skal jeg bruke? 20
«Hanske-vett-regler» 21

E. Kortisonpreparater - bruk og feilbruk 22

F. Notater 23

Heftet er utarbeidet av dr. med. Claus Lützow-Holm og dr. Berit Rustenberg. Januar 1997.

2. opplag, sept. 2002

ISBN-nr.: 82-7789-005-2

A. Generelt om bruken av dette heftet?

Dette heftet er til deg som blir testet med lappe-prøver/standard-serien for å påvise mulig kontakt-allergi mot ulike stoffer. *Alle som blir testet* bør lese den generelle delen om hvorfor vi tester, og hvordan man kan tolke både negative og positive reaksjoner i testen. Hvis testen slår ut (*er positiv)* må du også lese om de stoffene som har slått ut i testen. *De som har håndeksem* bør i tillegg lese «Råd til pasienter med håndeksem», og «Hånd i hanske».
Hvis du behandler ditt utslett med kortisonsalver eller kremer bør du også lese «Kortisonpreparater - bruk og feilbruk».

Hvorfor teste?

Ved visse typer eksem kan kontaktallergi mot ulike stoffer være årsaken. Med kontaktallergi mener vi at et stoff i omgivelsene kommer i kontakt med huden, og fører til en forsvarsreaksjon i huden som kan gi et kløende, rødt utslett (eksem, dermatitt).
Det kommer celler fra blodet til huden som forsøker å uskadeliggjøre stoffet, og blodtilstrømningen øker. Dermed oppstår rødhet, kløe og varme i huden. Det som kjennetegner en allergisk reaksjon er at kun ørsmå mengder av en substans kan utløse en kraftig hudreaksjon, og denne «beredskapen» kan vare hele livet.
Vi skiller mellom allergisk kontakteksem og irritativt (eller toksisk) kontakteksem. Ved mistanke om at det foreligger et allergisk kontakteksem kan vi teste deg med de stoffene som oftest fører til slike reaksjoner.
Dette blir kalt for en standardserie/ «lappetest», eller epikutan («på huden»)-test.
Kontakt med seper og kjemikalier vil hos mange føre til irritasjon av huden, og det kan etterhvert utvikle seg eksem. Når huden er irritert eller rød vil de irriterende stoffene lettere trenge ned i huden, og forverre utslettet. Slike rent irriterende stoffer egner seg ikke for testing.

Hvordan utføres testen?

Teststoffene ligger på små myntformede skåler, som festes til huden med et tettsittende plaster, oftest på ryggen eller låret.
Etter 48 timer tas dette av, og et døgn senere ser legen om det har oppstått små eksemflekker under skålene (positiv test). Reaksjonen i huden vil avgjøre om du er sannsynlig allergisk mot stoffet.

Informasjon om *hva slags stoff, hvor det finnes, og hvordan du kan unngå kontakten* finnes i dette hefte.

Hvis testen slår ut....

- betyr det at du er allergisk for ett eller flere av de testede stoffene.
- må du unngå kontakt med disse allergifremmende stoffene.
- bør du beskytte huden mot alt du har erfaring for kan forverre utslettet.
- bør du behandle utslettet etter legens råd, for fortest mulig å la huden bli motstandsdyktig igjen.
- bør du vite at en kontaktallergi kan vare i mange år, ofte livet ut.

Hvis testen ikke slår ut...

- betyr det at du sannsynligvis ikke er allergisk mot de testede stoffene.
- skal du allikevel unngå de stoffene du har erfart forverre utslettet.
- kan utslettet være forårsaket av andre substanser som kan være irriterende.
- kan du være allergisk overfor andre substanser som finnes i hjemmet eller på arbeidsplassen. Det kan være aktuelt å teste deg med flere substanser. Dette vil legen kunne fortelle mer om.
- bør du behandle utslettet etter legens råd, for fortest mulig å la huden bli motstandsdyktig igjen.

Er det andre måter å teste på?

Av å til kan man i tillegg til å bruke de standardiserte testene, teste direkte på huden med ferdige produkter som man mistenker kontaktallergi mot. Dette må alltid gjøres i samråd med lege, og *aldri* på egenhånd med produkter som kan være giftige å få på huden. Slike tester er mest aktuelle for kosmetikk og kroppspleieartikler.
Testene kan utføres på ulike måter, men tolkning av resultatet vil legen hjelpe deg med, da man kan få reaksjoner i huden som ikke

nødvendigvis beviser en kontaktallergi.
En slik test er den såkalte BRUKER-TEST, som kan utføres slik:
Massér substansen inn i huden på et avgrenset område (ca. 2x2 cm) f.eks. øverst på innsiden av underarmen, 3-4 ganger daglig i 3-7 dager. Dersom det *ikke* utvikler seg rødme, hevelse, små røde prikker, eller kløe i huden, utelukker dette i stor grad kontakt-allergi mot produktet.
Ved positiv reaksjon bør legen hjelpe deg med tolkningen av resultatet, og vurdere behov for ytterligere testing med standardiserte tester.

Hvorfor gir ikke testen svar på alle spørsmål?

Endel personer har en hud som overreagerer ved irritasjon. Ofte er dette mennesker som har tørr hud og/eller har hatt atopisk dermatitt (barneksem), astma eller høysnue. Noen vil ha disse sykdommene i familien. De har ofte utslett som forverres av irritasjon, uten at det påvises kontaktallergier i tillegg. Utslettet vil oftest oppstå der huden er i kontakt med stoffene, men det gjelder ikke alltid. Et *allergisk* kontakteksem kan spre seg til andre steder på kroppen. Hendene har tykkere hud og kan tåle stoffer som fører til eksem f.eks. i ansiktet, når du tar deg til ansiktet.
Spør om råd for å bedre din beskyttelse av huden, og ikke nøl med å be om råd i *ditt* spesielle tilfelle.

B. De vanligste teststoffene: Epoxyplast (epoxyresin)

Hva er epoxyplast?

Epoxy er en «kunstharpiks» mye brukt i plastindustrien, og er en relativt hyppig årsak til hånd- og ansiktseksem ved yrkeseksponering. Den er allergifremkallende i flytende, uherdet tilstand, men gir meget sjelden allergi i tørr, herdet tilstand.

Hvor blir epoxyplast brukt?

Epoxy er mye brukt i bil-, bygnings- og elektroindustri. Brukes i 2-komponent lim som må blandes før bruk, «superlim», til isolering av elektriske ledninger, i metall-lakk, sparkel, panel, spesiell sement (vanntett mur i bl. a. svømmebasseng). Også brukt til restaurering av antikviteter, i noen tannbroer, og i smykkeindustrien.

Hvordan kan jeg unngå eksem p.g.a epoxyplast?

Unngå all direkte hudkontakt med lim/herder i våt tilstand. Gummi- og vanlige plasthansker beskytter dårlig mot resinet, bruk spesialhansker (se «Hånd i hanske» s. 20). Hvis epoxy finnes på arbeidsplassen, følg instruksene for bruk av dette. Dersom du er kraftig allergisk skal epoxyresin helt unngås, ellers kan epoxy med molekylvekt over 500 brukes, da denne nesten aldri utløser allergi.

Spesielle tips:

Gi beskjed til tannlegen at du er allergisk mot stoffet, da epoxyplast kan bli brukt som tannerstatningsmateriale.

Fenol-formaldehyd

Hva er fenol-formaldehyd resin?

Fenol-formaldehyd resin er et plasttilsetningsstoff som ofte inngår i kjemiske forbindelser med formaldehyd, mest brukt som lim for gummiprodukter og lær.

Hvor blir fenol-formaldehyd resin brukt?

Hyppigst brukt i tekstil-, lær-og lim-industrien. Brukt som limtilsetning i sko (innersålen), klokkeremmer, sportstape, tetningslister, belter og klistremerker. Finnes sjeldnere i trykksverte, gjennomslagspapir.

Hvordan kan jeg unngå eksem p.g.a. fenol-formaldehyd?

Ved allergi mot skotøy kan en skumgummi-innleggsåle være hjelp god nok, noen få personer må unngå all kontakt med lærprodukter. Unngå chloroprene (Neoprene) – brukt bla. til å feste gummisålen i sportsko. Det kjemiske stoffet p-tert butylenol kan være tilsatt kosmetiske produkter, men gir sjelden allergi.

Spesielle tips:

Se også formaldehyd, da enkelte også vil være allergiske mot formaldehyd.

Formaldehyd (formalin)

Hva er formaldehyd?

Formaldehyd et kjemisk stoff som har mange egenskaper, og brukes til en lang rekke formål. Det er utgangsstoff i produksjon av kunstharpiks, fargestoffer, sprengstoff, plastprodukter, lim, i fotograferingsindustrien, i kjølevæsker og til fiksering av biologisk vev. Brukes også som bakteriedrepende middel i ulike produkter. Formaldehyd kan også oppstå ved kjemisk nedbrytning av en rekke produkter, f.eks. konserveringsmiddel i kosmetikk.

Hvor blir formaldehyd brukt?

Vanlige forbrukere eksponeres for formaldehyd først og fremst i hudpleieprodukter som f.eks. midler mot fotsvette, «negl-forsterkere», sjampo og hudvaskemiddel. Det blir brukt til antikrøllbehandling av tekstiler, farging av lær, i fremstilling av noen typer papir og sponplater.

Hvordan skal jeg unngå eksem p.g.a. formaldehyd?

Unngå kontakt med kjemikalier uten deklarasjon. Industriarbeidere bør lese «data-ark» for de kjemikalier de er i kontakt med. Bruk kosmetikk med innholdsdeklarasjon. Unngå strykefri tekstiler. Allergi mot klær oppstår først og fremst der huden er i direkte kontakt med plagget, (særlig ved samtidig svette, eksempel arm- huler, skuldre, bryst). Ren bomull eller polyester er trygt, blandingsfiber er oftere behandlet med formaldehyd. For å bli kvitt formalin, kan nytt tøy vaskes 2-3 ganger med 1-2 kopper tørrmelk, som binder, og fjerner formalinet.

Spesielle tips:

Personer som er formaldehyd-allergikere kan reagere på vaksiner som inneholder formaldehyd, f.eks influensavaksine. Gjør egen lege oppmerksom på dette. Enkelte konserveringmidler i kosmetikk, f.eks. Quaternium 15 (Dowisil 200), imidazolinyl urea (Germall 15), og diazolidinyl urea (Germal II), kan føre til formalinallergi i tillegg, da de kan «frigjøre» formalin i produktene.
Test-reaksjoner på formalin kan av og til først gi reaksjoner 2-7 dager etter testing, ta kontakt med hudlegen for kontroll ved mistanke om en slik senreaksjon.
Ved mistanke om at du reagerer med eksem p.g.a formaldehyd i kosmetikk eller hudpleieprodukter, kan du utføre en BRUKER-TEST (se side 5):

Gummiallergi (mercapto-, thiuram-, og PPD-mix)

Hva er gummi-tilsetningsstoff?

Gummi-tilsetningstoffer er kjemikalier som tilsettes rå- og syntetisk gummi i produksjonsprosessen, for å gi produktene bedre bruks-egenskaper, f.eks. elastisitet og holdbarhet.

Hvor finner jeg disse kjemikaliene?

Gummitilsetningstoffene vil sjelden fremgå navngitt på forbruksproduktene, men som en regel kan de finnes i nær sagt alle produkter av gummi. Dette betyr at hudkontakt med noen gummiprodukter vil kunne gi utslett.

Hvor finner jeg gummi?

Gummiholdige gjenstander kan bl.a. være: Hansker, strømper, strømpestrikk, sko, gummistøvler, strikk, kondomer, håndtak, badematter, ballonger, pakninger, bil- og sykkeldekk.

Hvordan skal jeg unngå eksem p.g.a. gummiallergi?

Det finnes i dag gummifrie alternativer for det meste.
Artikler laget av polyvinylklorid (PVC), polyvinylacetat, polyetylene eller silikon er sikre alternativer. Spandex er gummifri elastikk brukt i noen støttestrømper og elastiske bind. Gummi- tilsetningstoffene kan av og til finnes i andre produkter enn gummi, *se* derfor forklaringene under de enkelte tilsetningstoffene nedenfor. Allergien vil vanligvis utløses av artikler som ligger tett til huden i lengre tid. Imidlertid kan også kortvarig kontakt med gummiholdige gjenstander føre til eksemutvikling.

Mercaptomix

Dette er 4 stoffer som blir brukt til fremstilling av gummi. Mercaptobenzothiazole (MBT) blir også brukt som anti-sopp og rustmiddel i bensinprodukter, «grease» (smørefett), og anti-frostvæsker. Unngå direkte kontakt med nevnte produkter og alle gummi-gjenstander. Kontaktallergi mot gummi i skosåler er den vanligste formen for allergi mot mercapto-gummi-forbindelser.

Thiuram-mix

En blanding av 4 kjemikalier bl. a. brukt i fremstilling av gummi. Kan finnes i praktisk talt alle gummiprodukter. Finnes også i sprøytemidler mot skadedyr i landbruket, sjelden i såper og sjampoer, og i medikamentet Antabus (disulfiram).
Unngå direkte kontakt med nevnte produkter og gummi.

PPD-mix

I testen finnes 3 stoffer som alle blir brukt i gummiartikler for å bedre holdbarheten av disse produktene. Hudkontakt med gummi bør unngås.

Kathon CG

Hva er kathon CG?

Kathon CG er et bakteriedrepende konserveringsmiddel innen gruppen av isothiazolinon- forbindelser.

Hvor blir kathon CG brukt?

Det finnes både i industrielle produkter (bl.a. skjærevæsker) og i kosmetikk. Kathon CG kan finnes i kjølevæsker, såper, oppvaskmiddel, sjampoer, hårbalsam, vaske-geleer, boblebad, hudkremer og lotioner, samt mascara.

Hvordan skal jeg unngå eksem p.g.a. kathon CG?

Les innholdsdeklarasjoner på aktuelle produkter, og sjekk om kathon CG er i bruk på din arbeidsplass. Kathon er et forkortet navn for (metylchloroisothiazoline+methylisothiazolone).
Unngå også: Acticide AZ/SPX, Algucid CD 50, Amerstat 250, Bodoxin, Celkil 90, Euxyl K100, Fennosan IT21, Grotan TK2/4KZ, GR 856 Izolin, Kemtoxit, Mergal K7, Metatin GT, Mitco CC31L/CC32L, Mitrol 933, Mx 323, Nalcon 7647, Parmetol A23/ DF12/ K40/K50/DF18, Piror P109, P 3 Multan D, Magnacide 26S.

Spesielle tips:

Ved mistanke om at du reagerer med eksem p.g.a. kathon CG i produkter som er laget for brukt på huden (kosmetikk, kroppspleieprodukter), kan du utføre en BRUKER-TEST, se side 5.

Kobolt

Hva er kobolt?

Kobolt er et metallisk grunnstoff med sølvhvit glans.

Hvor blir kobolt brukt?

Kobolt finnes som urenhet i uekte metaller, særlig i nikkel-legeringer. Kan også finnes i «harde» metallgjenstander som verktøy, bor osv), i våt sement (tørr ufarlig), koboltblått, i ferske blåfarger til malerier, porselen og emaljering (tørr farge ufarlig), og ortopediske proteser av vitallium. Kobolt kan også forekomme i enkelte hårfarger. Vitamin B12 preparater som gies som sprøyter kan inneholde kobolt.

Hvordan kan jeg unngå eksem p.g.a. kobolt allergi?

Unngå produktene som er nevnt, bruk hansker i kontakt med mistenkelige produkter, eller i arbeidsrutiner som utløser eller forverrer eksemet, da koboltallergi oftest opptrer som et håndeksem.

Kolofonium

Hva er kolofonium?

Kolofonium er det samme som kvae eller harpiks, og er et naturprodukt fra nåle (bar)- trær. Det blir mye brukt i industrien som et klebemiddel.

Hvor blir kolofonium brukt?

Kolofonium kan finnes i svært mange produkter. Eksempler er i lim, isoleringsbånd, klebebånd, noen typer plaster, skosverte, trykksverte, blanket papir, loddepasta, plomberinger, fugemasse, harpiks til strykeinstrumenter, gli-hemmende middel i ulike sportsgrener (tennisrackert, golfkøllehåndtak, håndballklister), gulv- og poleringsmiddel, gjennomskinnelige seper, kosmetikk (øyenskygge, mascara og leppestift), linoleum, tyggegummi, skjæreoljer og kitt.

Hvordan kan jeg unngå eksem p.g.a kolofonium allergi?

Sjekk innholds-fortegnelser. Unngå kolofonium, colophony, rosin, abietic acid, abietyl, sagmugg fra nåletrær, terpentin, kvae og perubalsam (se perubalsam side 16). Du kan reagere på kvaen på juletreet!

Industriarbeidere bes innhente opplysninger om de stoffene de er i kontakt med via «data ark».

Spesielle tips:

Ved mistanke om at du reagerer med eksem p.g.a kolofonium i produkter som er laget for brukt på huden (kosmetikk, kroppspleieprodukter), kan du utføre en BRUKER-TEST, se side 5.

Kortisonallergi (tixocortol-21-pivalate)

Hva er tixocortol 21-pivalate?

Tixocortol 21-pivalate er en kjemisk substans som brukes for å påvise kontaktallergi mot kortisonholdige kremer, salver og oppløsninger.

Kan man bli allergisk mot kortison?

Ja, en sjelden gang utvikles allergi mot ett eller flere kortisonholdige produkter. De ulike kortisonkremer består av litt ulike former for kortison, derfor vil man ofte kunne bruke andre produkter selv etter at det er påvist allergi mot «søster-substanser».

Hvordan arter kortisonallergi seg?

Som ved annen form for kontaktallergi må huden tidligere ha hatt kontakt med stoffet en tid, før det utvikles allergi mot substansen. Kortisonallergi er spesielt, fordi kortisonholdige preparater vanligvis demper eksem test-reaksjonen som vi leser av på ryggen din, slik at reaksjonen kan være vanskelig å oppdage. Derfor tester vi først med tixocortol 21-pivalate, og ikke direkte med kortisonpreparatet.
Kontaktallergi mot kortisonholdig produkter kan mistenkes når vi ser vedvarende og uventet dårlig effekt av kortison behandling, samt utvikling av kløe og eksem kort tid etter påsmøringen. Oftest vil dette opptre hos pasienter som har brukt kortisonprodukter i lengre tid. Allergi mot kortisonholdig kremer kan også skyldes andre innholdstoffer i produktet enn kortisonet, dette vil legen vurdere å undersøke med ytterligere testing.

Hvordan finner man ut hvilke kortisonpreparat jeg er allergisk mot?

Hvis det slår ut på tixocortol 21 pivalate-testen vil hudlegen vurdere å gjøre tilleggstesting, eller gjøre såkalt BRUKER-TEST, (se side 5) med aktuelle preparater. Du vil få beskjed om hvilke preparater du ikke tåler, og hvilke du kan bruke.

Spesielle tips:

Hvis du er allergisk mot kortison kan også injeksjoner med kortison f.eks p.g.a. pollenallergi, en sjelden gang utløse allergireaksjoner. Ta dette opp med legen din hvis det er aktuelt.

Krom

Hva er krom?

Krom er et stålgrått metall som brukes i mange metall-legeringer. Selve krom-metallet gir ikke allergi, men krom-salter, såkalt 3 og 6 verdig krom kan være allergiutløsende.

Hvor blir krom brukt?

Hovedkromkilder er: Våt sement, krom-garvet skinn og lær, aske fra brent tre, inkl. fyrstikkhoder, grønn filt, militærgrønne tekstiler, fotografering- og litografikjemikalier, magnetbånd og kjølevæske fra dieselmotorer. Krom kan også finnes i enkelte gule, grønne eller røde antirustmalinger, tatovering-, glass- og papirfarger, samt i trykksverte, kulepenner og kritt.

Hvordan kan jeg unngå eksem p.g.a kromallergi?

Unngå langvarig kontakt med lær og skinn, bruk naturgarvet lær hvis mulig. Endel kromallergikere vil kunne bruke kromgarvet lær så lenge de bruker strømper og ikke blir våte på føttene. Ta aldri på brente fyrstikker. Unngå antirust produkter. I arbeidsituasjonen bør man innhente opplysninger om de stoffene man arbeider med i «data ark». Bruk beskyttelseshansker ved «vått» arbeid.
Kromallergi oppstår som oftest ved eksponering for krom i yrker der man arbeider med de nevnte produkter, særlig i bygnings- og metall-industrien.

Neomycin

Hva er neomycin:

Neomycin er et bredspektret bakteriedrepende middel som finnes i kremer, salver og dråper som brukes på hud, slimhinner, i øyne og øreganger.

Hvor forekommer neomycin?

Neomycin finnes i legemidler, ofte sammen med andre antibiotika eller med kortison, men kan av og til finnes i deodoranter, kosmetikk, såpe, dyrefor, tannlege- og veterinærprodukter.
Legemidler i Norge som inneholder neomycin er : Apobacyn pudder og salve, Ecomytrin-Hydrocortison krem og salve, Kenacort T med Graneodin salve, Sofra Tulle salvekompresser, Polysporin øyedråper, Maxitrol øyedråper.

Hvordan unngå neomycin?

Man bør kun bruke varedeklarerte kosmetiske produkter, og gi legen beskjed om neomycin-allergi ved bruk av antibiotika både på hud/slimhinner og som tabletter.

Spesielle tips:

De som er allergiske for neomycin vil svært ofte også reagere på stoffene bacitracin, gentamicin, kanamycin, tobramycin.
Synonym : Framycetin.

Nikkel

Hva er nikkel?

Nikkel er et metallisk grunnstoff som i ren form er sølvglinsende. Det blir brukt til fornikling og i utallige legeringer.

Hvor finner man nikkel?

Nikkel finnes i metallbelagte redskaper som kjøkkenredskaper, blanke håndtak, glidelåser, spenner, nåler, strikkepinner, sakser, billige smykker, klokker, knapper, maljer, mynter, nøkler, osv. Nikkel kan finnes i hvitt gull, platina og importerte smykker i gult gull og sølv.
Norsk gult gull og sølvgjenstander skal være nikkelfrie.
Kan også finnes i hårfargemidler, blekemidler, skjæreoljer og kjølevæsker.

Rustfritt stål inneholder nikkel, men metallet er sterkt bundet i stål slik at rustfritt stål sjelden vil gi nikkelallergikere plager.

Spesielle tips:

Kjøp klær uten uekte metalldeler, f.eks. maljer og glidelåser. Redskaper bør ha tre eller plastikkhåndtak. Hvis du må bruke forniklede håndtak, kan disse lakkes over med 2-3 lag klar plastlakk eller maling. Aluminium er nikkelfritt.
Det er noe uenighet om nikkel i mat kan gi plager med eksem hos nikkelallergikere. Dette er i alle fall svært uvanlig. Hvis du mistenker det, bør mat lages i aluminiumkjeler og hermetikk fra blanke bokser og nikkelholdig mat som bl.a. nøtter, kakao/-sjokolade, skalldyr bør unngås. Vegetarmat (spirer og frø) inneholder relativt mye nikkel.
Man kan teste gjenstander for å se om de inneholder nikkel med en dimetylglyoximtest som kjøpes på apotek. Er det nikkel til stede vil testmidlet gi rød farge.
Nikkel går gjennom latexhansker. Se "Hånd i hanske og Hanskevett-regler" side 20-21.

Parabener

Hva er parabener?

Parabener er estere av p-hydroxybenzosyre som pga. sin evne til å hemme bakterie- og soppvekst blir tilsatt legemidler til bruk på huden, øyne og i ørene.

Hvor forekommer parabener?

Kosmetikk, toalettartikler og næringsmidler kan ha parabener som konserveringsmiddel. Parabenene har kodenavn E214-219, men inntak av parabenholdige matvarer som f.eks. syltetøy og saft gir svært sjelden plager.
Parabener er det mest brukte konserveringsmiddel i kosmetiske produkter som øyenskygge, leppestift, sminke, deodoranter, barbersåper, sjampoer, etterbarberingsvann og kremer/lotion. I industrien finnes parabener i oljer, fettstoff, lim og skosverte.

Spesielle tips:

Parabenallergikere bør kun kjøpe kosmetiske produkter som er forsynt med innholdsfortegnelse og gi beskjed til legen om parabenallergi, da mange medikamenter til bruk på huden har

parabener som konserveringsmiddel. Det finnes parabenfrie alternativer hvis man leter.
Se BRUKER-TEST side 5.

Parafenylendiamin (PPD)

Hva er parafenylendiamin?

Parafenylendiamin er et fargestoff utviklet fra anilin og er det mest brukte fargestoff i varige hårfargemidler.

Hvor finner man parafenylendiamin?

Foruten i hårfargemidler kan PPD også finnes i kosmetikk med mørk farge, i pels- og lærfarger (sjelden), i produksjon av azofargestoffer, fremkallingsvæsker i fotobransjen, gummi og plastikkindustri, fotokopiering, litografi, trykksverte og oljer, smørefett og bensin.

Spesielle tips:

Personer som reagerer på dette stoffet kan farge håret med farger som lar seg vaske ut, de inneholder ikke PPD. Av og til kan PPD allergikere reagere på mørkt farget tøy hvis plaggene kommer rett mot huden (azo-fargestoff).

Parfymemix

Hva er parfymemix?

Parfymemix inneholder åtte duftstoffer som hyppig gir kontaktallergi og som alle er mye brukt i varer som skal lukte godt.

Hvor finner man parfymemix?

Disse finnes i alle typer kosmetiske produkter, toalettartikler, hudpleieprodukter, sminke, parfyme, solkremer. Mange produkter inneholder mange duftstoffer i blanding.

Spesielle tips:

Unngå å bruke produkter med parfymering. Ikke bruk kosmetiske produkter uten varedeklarasjon. Fragrance free= fri for parfyme. Parfyme kan oftest brukes i små menger på klærne, men ikke på huden.
Se BRUKER-TEST side 5.

Perubalsam

Hva er perubalsam?

Perubalsam er en mørk brun, seig væske utvunnet fra et tre som vokser i Mellom Amerika. Denne væsken inneholder diverse smak- og duftstoffer, og dufter som vanilje og kanel.

Hvor finner man perubalsam?

Perubalsam blir brukt i legemiddelindustrien i legemidler som brukes på hud (dreper bakterier, sopp og skabb). Blir også brukt som duftstoff i kosmetikk, som smakstoff i matvarer og krydder, og i tannpasta.

Spesielle tips:

Dersom du reagerer på perubalsam må du holde deg unna parfymerte kosmetiske produkter og farmasøytiske preparater som inneholder perubalsam. (Les varedeklarasjon).
De som reagerer svært kraftig, kan en sjelden gang få oppbluss av eksem ved inntak av fødemidler som inneholder skall av sitrusfrukter, sjokolade, konditorvarer med kunstig smakstilsetning, leskedrikker (cola-typen), krydrete drinker og te og parfymerte tobakker.
Midlertidige tannfyllinger kan inneholde perubalsam.
Positiv reaksjon på perubalsam kan være tegn på allergi mot parfyme. Se parfyme side 16.
Hvis mistanke om reaksjon på kosmetisk produkt, se BRUKERTEST side 5.

Primin

Hva er primin?

Primin er et stoff som finnes i Primula obconica, en innedørs potteplante mye brukt i vanlige hjem i Europa. Kontaktallergi mot primula forekommer mest hos kvinner som steller med planter, og gartneriarbeidere. Det er bare den planten som har runde blader som inneholder primula. Viltvoksende primulaarter gir ikke allergi. De som er allergiske mot primin kan også få reaksjon på eksotiske tresorter som rosentre.

Quaternium 15

Hva er quaternium 15?

Quaternium 15 er et bredspektret konserveringsmiddel brukt i utallige kosmetiske produkter. Det dreper bakterier, sopp, mugg og er vannløselig, slik at det kan brukes i vandige produkter.

Hvor blir quaternium 15 brukt?

I kosmetiske produkter, såper, sjampoer, fuktighetskremer, medikamenter til bruk på hud og slimhinner, latex malinger, pussemidler, skjæreoljer, lim, papir, blekk og kitt/sement.

Hvordan unngå eksem p.g.a quaternium 15?

Unngå kosmetiske produkter uten deklarasjon. Formalin/-formaldehydallergikere reager ofte på dette stoffet fordi quarternium 15 frigjør formaldehyd. Se formaldehyd side 7.
Mistenker du reaksjon på et kosmetisk produkt, se BRUKER-TEST side 5.
Synonym: Dowicil.

Quinoline-mix

Hva er quinoline mix?

Quinoliner er sopp og bakteriedrepende midler som for det meste blir brukt til behandling av infeksjoner i huden, men finnes også i noe kosmetikk. Kalles også vioform/chinoform.

Hvor blir quinoliner brukt?

Quinoliner finnes i følgende kortisonkremer med bakteriedrepende effekt: Betnovat m/chinoform (kliokinol), Cortikinol krem (klorkinaldol), Locacorten-Vioform krem/salve/øredråper (kliokinol), Locoidol krem/salve (klorkinaldol), Synalar m/ chinoform (kliokinol), Kenacutan krem (halkinol). Finnes også i Sterilan sepe som sterosan (klorkinaldol).

Hvordan kan jeg unngå eksem p.g.a quinoline allergi?

Unngå alle nevnte produkter, og kosmetikk som inneholder disse substansene. Unngå også kremer som inneholder iodochlorhydroxyquin.

Spesielle tips:

Ved mistanke om at du reagerer med eksem p.g.a quinoliner i kosmetikk eller kroppspleieprodukter, kan du utføre en såkalt BRUKER-TEST. Se side 5.

Sesquiterpene lactone mix

Hva er sesquiterpene lactone mix?

Sesquiterpene lactoner er aromatiske forbindelser som finnes blant medlemmer i korgplantefamilien (Compositae). Viktige allergiplanter i denne familien er kamilleblom, ryllik, chrysanthemum, løvetann og reinfann

Hvor finner man sesquiterpene lactoner?

Sesquiterpene lactoner finnes både i selve planten, men kan også frigjøres på varme sommerdager og være i luften og gi såkalt luftbåren allergi. Ved luftbåren allergi vil man få eksem der huden er bar, f. eks. i ansiktet.

Hvem får allergi mot sesquiterpene lactoner?

Bønder, gartnere, ansatte i blomsterforretninger, og av og til personer som er bosatt i områder med mye produksjon av blomster.

Hvordan unngå sesquiterpene lactoner?

For de som har en yrkesrelatert plage, vil skifte av arbeid være aktuelt. Det er mulig å holde seg unna selve plantene, men den luftbårne allergien lar seg ikke forebygge.

Spesielle tips:

Hvis du har store plager med luftbåren allergi, kan behandling hos hudlege med kunstig lys, ev. kortison eller annen behandling være aktuelt.

Ullfettalkoholer (lanolin)

Hva er lanolin?

Lanolin er det naturlige fettstoff som finnes i rå saueull. Det er et stoff som kan blandes med vann i alle forhold og er derfor svært godt egnet til fremstilling av kosmetiske produkter, kremer, salver, stifter, voksprodukter (f.eks. skokrem og møbelpolish), skjæreoljer, og i medikamenter brukt på huden.

Hvordan unngå lanolin?

Bruk kun kosmetiske produkter som er lanolinfrie. Industriarbeidere bør undersøke på dataark om stoffer de kommer i kontakt med inneholder lanolin.
Synonymer: Ullfett, adeps lanae.

C. Råd til pasienter med håndeksem

1. Unngå de stoffene som du vet forværrer eksemet, enten det er stoffer du er påvist allergisk mot, eller som du erfarer irriterer huden.
2. Unngå direkte berøring med alle flytende kjemikalier. Dette gjelder f.eks. vaskemidler, sjampo, pussemidler, løsemidler, bensin og oljer.
3. Ta ikke direkte på fuktige næringsmidler som sitrusfrukter, løk, tomater, kjøtt, fisk, paprika og grønnsaker. Bruk tynne vinylplasthansker.
4. Vask hendene i lunkent vann og bruk en uparfymert, mild såpe fra apotek.
5. Bruk en håndkrem/fuktighetskrem du trives med. Tørr hud er dårlig beskyttet.
6. Huden på hendene trenger mange uker på å bli like motstandsdyktig og smidig som før.
7. Les informasjonen «Hånd i hanske ».
8. Sist men ikke minst: Gi ikke opp! Huden har en fantastisk evne til å reparere seg selv – hvis du hjelper litt til når den mest trenger det!

D. Hånd i hanske: Hvilke hansker skal jeg bruke?

Til tross for at de fleste synes det er tungvint og vanskelig å arbeide med ulike former for beskyttelseshansker, vil få pasienter med håndeksem bli bra av sitt eksem uten at de i perioder bruker beskyttelseshansker.
Hansker skal ikke bare beskytte mot det stoffet du eventuelt er allergisk mot, men beskytte hendene mot eksem-oppbluss p.g.a. "vanlig" irritasjon av svært mye som du er i kontakt med i dagliglivet, se også *Råd til pasienter med håndeksem.*
Det finnes mange ulike hansketyper, som alle har fordeler og ulemper.
Gummi- eller latexhansker er tynne engangshansker som p.g.a sin tøyelighet kan brukes av de fleste. De kan brukes til "finarbeid" som f. eks. av kirurger som opererer, og er mye brukt av helsepersonell. Ulempen med gummihansker er at man kan utvikle allergi mot rågummi (latex), mot gummitilsetningsstoffer, samt mot pudder som er tilsatt hanskene. Det finnes spesialhansker som ikke inneholder latex og ikke de nevnte stoffer eller pudder.

Vinyl eller polyetylen plasthansker

finnes som tynne, lite elastiske engangshansker, som man kun sjelden kan bli allergiske for. Tynne engangs vinylhansker er et godt alternativ til latexhansker, selv om det lettere blir hull i dem. Særlig nyttige er de som «innerhansker» i en tykkere oppvaskhanske eller i en tynn latexhanske (til finarbeide). Billig på apotek.

Bomullsvanter

vil ofte oppfattes som behagelige fordi de absorberer noe av fuktigheten som oppstår inne i alle tette hansker p.g.a varme og svetting. De kan brukes inne i plast- eller gummihansker. De bør vaskes ofte. Brukt alene er de meget lett gjennomtrengelige for smuss og kjemikalier og bør derfor oftest kombineres med en «ytterhanske».

Spesialhansker

må brukes når man håndterer kjemikalier. En rekke sterke kjemikalier går gjennom vanlige gummi (latex) hansker. Her er noen latexfrie alternativer: Elastyren, nitril, neoprene og polyetylen-hansker. «4H flerlags-hanske» er en latexfri hanske.
Hvis du synes hanskebruk gjør eksemet værre, behøver ikke dette være allergi for hanskematerialet, men en irritasjons-reaksjon. Ofte vil det hjelpe å redusere arbeidstiden med hansker, samt å smøre huden med fuktighetskrem før og etter hanskebruk.

Hanske-vett-regler:

1. Bruk hansker så kort tid som mulig om gangen for å hindre sterk oppbløtning av huden.
2. Blir du irritert av gummi (latex) hansker, skift til tynne plasthansker.
3. Skitne eller hullete hansker er værre enn ingen hansker. Bruk tynne engangshansker eller bomullshansker innerst mot huden.
4. Tykke plast- eller gummihansker til oppvask/grovarbeid må vaskes ofte innvendig og tørkes med vrangen ut.
5. Ved å bruke tynne «engangshansker» inne i oppvaskhansken vil du alltid ha rene hender etter hanskebruk.
6. Kjøp mange par hansker om gangen, så blir det lett å skifte ut hullete og skitne hansker.
7. En del allergifremkallende stoffer kan trenge gjennom vanlige hansker, da kreves spesialhansker. (Se epoxyresiner og nikkel).
8. Hvis yrket krever hansker: Ta kontakt med arbeidsgiver for å få tak i hansker du tåler.
9. Ved mistanke om allergi mot hansker: Ta kontakt med hudlege for informasjon.
10. Utgifter til hansker i arbeidet skal dekkes av arbeidsgiver. Hanskeutgifter ved arbeid i hjemmet kan utgiftene inngå i søknad om f.eks. grunnstønad ved kronisk sykdom.

E. Kortisonpreparater – bruk og feilbruk

1. Kortisonpreparater demper utslett, lindrer kløe og gjør huden smidigere.
2. Preparatene deles inn i 4 grupper. Gruppe 1 er de svakeste og gruppe 4 er de sterkeste. Legen velger preparat etter hvordan din sykdom arter seg, og hvor på kroppen utslettet er.
3. Smør tynt og bare på syk hud.
4. Når utslettet blir «flatere», kan du redusere smøringen. Enten ved å smøre med et svakere preparat eller ved å smøre sjeldnere, f.eks. hver 2.-3. dag.
5. Bivirkning f.eks. i form av fortynnet hud, oppstår ved feilbruk: Feil preparat- på feil sted- for lenge.
6. Syk hud har det bedre med riktig kortisonpreparat enn ubehandlet.
7. Vask hendene etter at utslettet er behandlet, eller bruk tynne plasthansker når du smører syk hud. Gjelder selvsagt ikke ved håndeksem.
8. Kortisonkremer skal ikke smøres i store, åpne sårflater, men kan brukes på oppklort eksem.
9. Noen minutter etter at kortisonpreparatene er påført, kan fuktighetskrem legges utenpå. Hyppig bruk av fuktighetskrem vil bedre effekten av kortisonbehandlingen.
10. Kortisonpreparater brukes sjelden kontinuerlig i lengre perioder enn 2 uker, og pauser i behandlingen må tilstrebes. Ved intervallbehandlig kan produktene brukes i lengre tid.

GSK / 0902

GlaxoSmithKline

GlaxoSmithKline AS Forskningsveien 2 A
Postboks 180 Vinderen, 0319 Oslo
Telefon: 22 70 20 00 Telefaks: 22 70 20 04
www.gsk.no