

Huddoktoren informerer om:

AKNE – KVISER

Oppdatert 08.04.16

Hva er akne?

Kviser er en betennelse (inflammasjon) i hudens talgkjertler, der det oppstår et negativt samspill mellom aknebakterier, og selve talgkjertelen, der også kroppens medføde immunsystem aktiveres.

De fleste mennesker har kviser en periode av livet. Kviser er vanligst i puberteten, men forekommer også hos mennesker over 30 år.

Hvorfor får vi akne?

Tendens til kviser finnes oftest hos andre i familien. Hormoner har medvirkende årsak, sammen med talgproduksjon og ”normale” hubakterier.

Mat har liten betydning, men **enkelte** blir verre av fet mat, sjokolade og sterke krydder. Mat og kviser er et kontroversielt tema, men det foreligger ikke dato som tyder at man kan spise seg frisk. Man får ikke kviser av dårlig hygiene, og kviser smitter ikke.

Tips til hudpleie

Bruk oljefrie kosmetika og kremer med lite fett fra apoteket. Unngå å klemme på kviser og ”hudormer”. Mange blir (forbigående) bedre av sol, men det er viktig og ikke bli solbrent (vær forsiktig med sol når du bruker vitamin A-behandling eller visse typer av Tetracyklin-preparater!).

Hvordan behandles akne?

Lette og moderate tilfeller behandles med kremer (f.eks: Basiron®, Skinoren®, Differin®, Aberela® ev. Dalacin ® oppløsning/liniment). Basiron Wash® er et godt basisprodukt. Epiduo ® gel er et bra kombinasjonspreparat med kun en påsmøring hver kveld. . Obs – kan bleke tekstiler noe. Zalna ® gel er et annet kombinasjonspreparat (tretinoïn + klindamycin) som er aktuelt, men helst ikke i mer enn 3 mnd.

Ved større plager er det ofte nødvendig med antibiotikabehandling (f.eks: **Tetracyklin** tabletter). Se eget infoskriv. Det virker bedre om det kombineres med et preparat som virker direkte på huden som for eksempel Differin ® gel. For kvinner som bruker p-piller, kan p-pillen Diane eller Yasmin hjelpe noe, med langsom innsettende effekt. Behandling varer i mange måneder til flere år.

Ofte kombineres forskjellige behandlinger. Det tar ofte 4-6 mnd, før behandlingen virker, og effekten øker gjerne langsomt over 3-6 mnd. Vær tålmodig!

I uttalte tilfeller kan et vitamin A-lignende medikament være aktuelt, **Isotretinoin** (tidl. navn er Roaccutane). Behandlingen krever nøyde oppfølgning, da kvinner som tar dette mens de er gravide kan få barn med alvorlige fosterskader. Se eget infoskriv om dette.

Hos kvinner med prevensjonsbehov kan enkelte typer p- piller hjelpe mot akne, her må ulik risikoprofil ved slik behandling veies opp mot mulig effekt.

Hvordan går det videre?

Plagene går ofte, men ikke alltid over etter noen år. Kontroll avtales med legen, avhengig av hvilken behandling du får.

Behandling av arr er først aktuelt når akne-sykdommen er helt ”utbrent”.