



Välkommen på utbildning om

Handeksem

- Tidiga insatser, stor effekt

Emma Wadman – Hallgren, enhetschef och sjuksköterska
Hudallergimottagningen

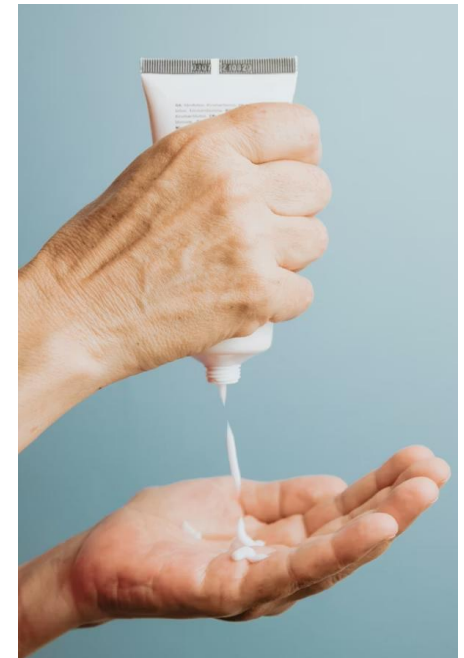
Hudallergimottagningen

Hudsjukdomar och hudbesvär orsakade eller försämrade av faktorer i arbetet eller i vår miljö



Vad ska vi prata om idag?

- Vad är handeksem?
- Vilka risker finns för att utveckla handeksem?
- Hur minskar man exponeringen?
- Hur behandlas handeksem?



Hudens funktion



Skydda mot främmande
ämnen såsom kemikalier,
mikroorganismer



Skyddar mot UV-strålar,
kyla och värme

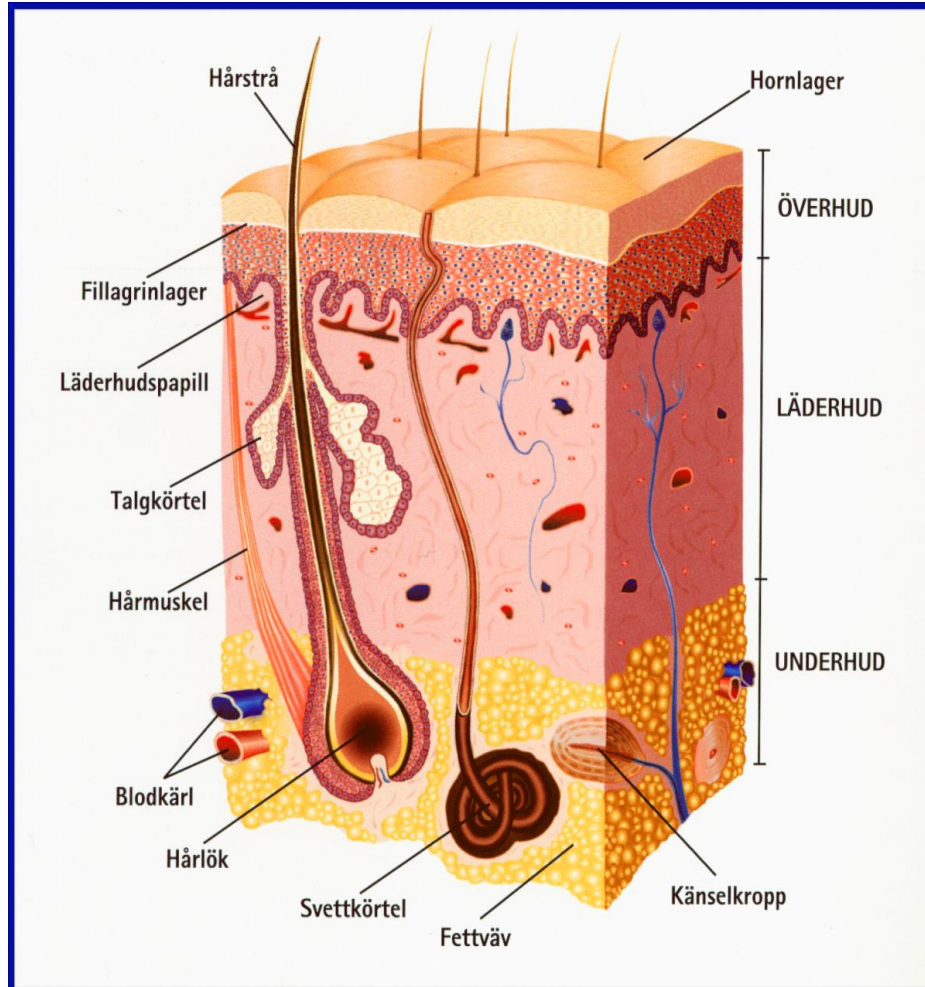


Förhindra uttorkning



Reglera kroppens
temperatur

Barriärfunktionen

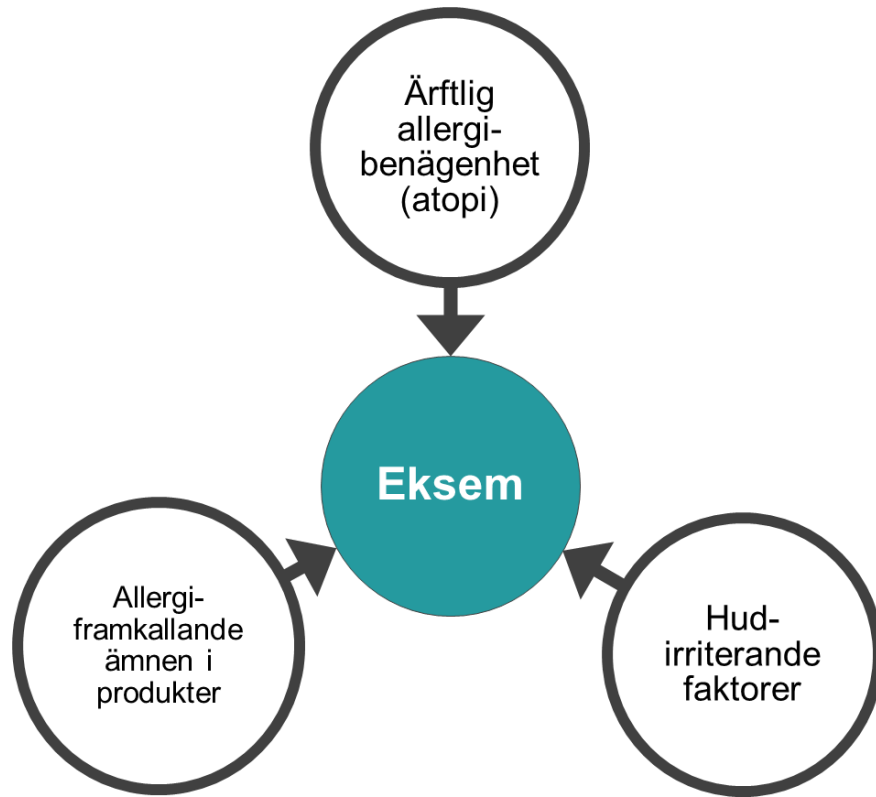


- Finns i hornlagret
- Skadad hudbarriär
 - Sämre skydd
 - Huden blir torr
 - Risk för inflammation

Handeksem

- Prevalens 10 %
- Vanligaste arbetsrelaterade hudsjukdomen
- Kvinnor > män
- Ofta kroniskt hos vuxna

Riskfaktorer för handeksem



- Atopiskt eksem
(böjveckseksem)
- Kontaktallergi
- Våtarbete och andra
hudirriterande
faktorer



Handeksem



- Irritativt kontakteksem
85%
- Allergiskt kontakteksem
15%

Irritativt kontakteksem

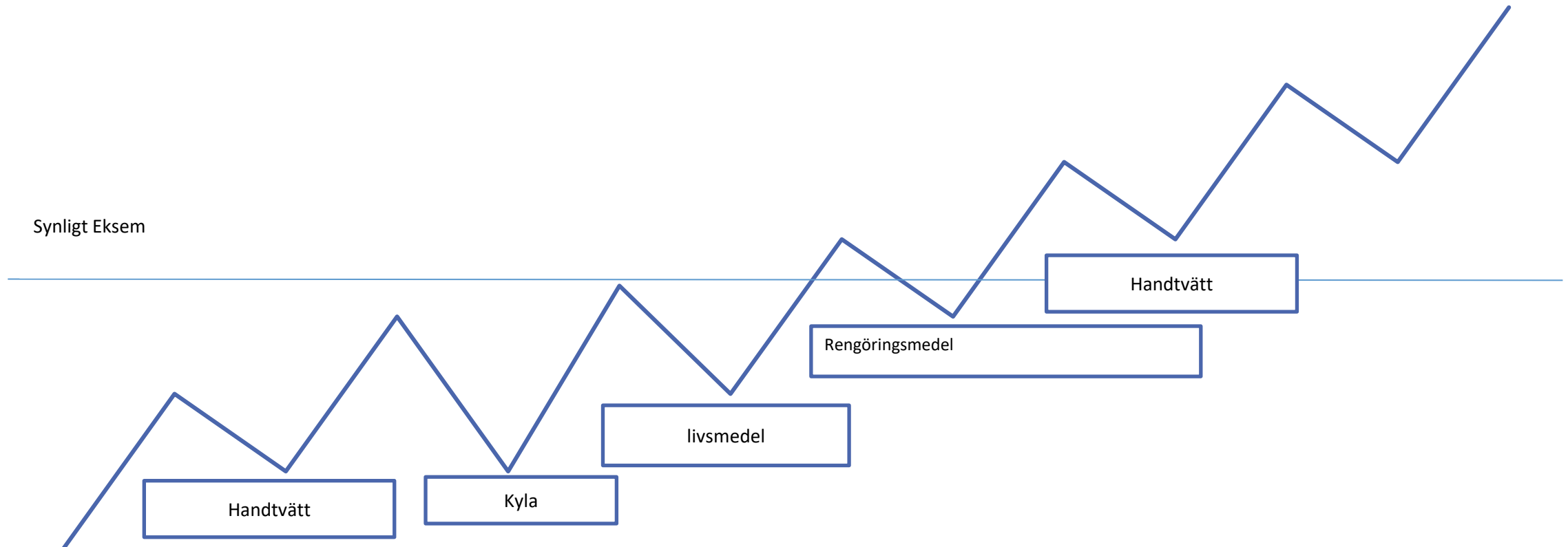


- Eksem pga hudirritation, inte allergi
- Individuell känslighet varierar
- Den som har haft atopiskt eksem är känsligare
- Ökad risk vid yrken med mycket våtarbete

Hudirriterande faktorer



- Vatten
- Tvål, rengöringsmedel
- Lösningsmedel, oljor
- Frätande ämnen
- Många livsmedel
- Nötning
- m.m.



Allergiskt kontakteksem



- Fördröjd överkänslighet, Typ IV-reaktion
- Uppstår efter hudkontakt
- Ca 5000 kontaktallergen, t ex metaller, konserveringsmedel, parfymämnen
- Allergin är bestående
- Utredds med epikutantest

Konsekvenser av handeksem



- Negativ inverkan på livskvaliteten
- Handeksem medför ofta försämrad handfunktion och nedsatt arbetsförmåga.
 - ➔ sjukskrivningar, sjukpension eller arbetsbyte
- Kostnader för individ och samhälle

Konsekvenser av handeksem

- Förbättrad prognos vid tidigt omhändertagande, korrekt handläggning, utbildning/information av patienten och uppföljning

Vårdförlopp handeksem

- **Vårdcentral**
 - Behandling
 - Information och stöd!
- **Remiss till hudläkare**
 - Fortsatt/annan behandling
 - Lapptest
- **Remiss till arbets-och miljödermatologisk mottagning**
 - Vid svårt handeksem, sjukskrivning, misstänkt arbetsrelation
 - Lapptest – utvidgad testning
 - Exponeringsbedömning (yrkeshygieniker)
 - Information och stöd - Handeksemskola

Behandling av handeksem

1. Identifiera och reducera/eliminera skadlig hudexponering
2. Informera om försämrade faktorer, behandling och förebyggande åtgärder
3. *Behandla inflammationen (eksemet)*
4. Förbättra / underhåll hudbarriären med mjukgörare
5. Följ upp



1. Identifiera och reducera/eliminera skadlig hudexponering



Riskyrrken

- bagare
- frisör
- barnskötare
- kock
- bilmekaniker
- sjuksköterska/undersköterska
- tandläkare/tandsköterska
- städare



By Libe Viela

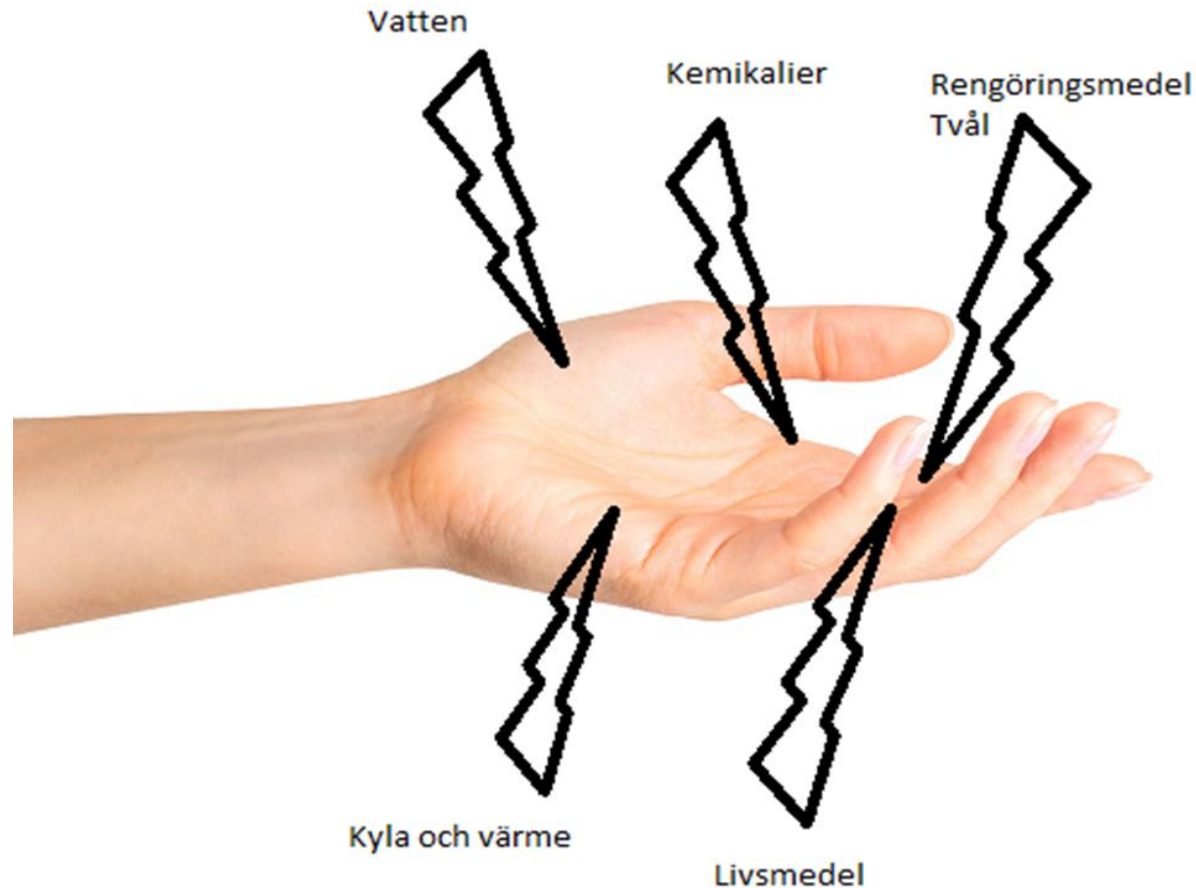
På arbetsplatsen



- Arbetsmiljölagen
- Arbetsplatsen ansvar
- Skyddombud/fack
- Riskyrken, jobbafrisk
- Vb kuratorskontakt

JOBBAFRISK

2. Informera om försämrande faktorer



Våtarbete hemma & på arbetet



- Handtvätt nöter och torkar ut
- Välj parfymfri tvål
- Smörj med mjukgörande
- Handsprit skadar hudbarriären
mindre





- Välj städmetoder utan vattenkontakt
- Arbetsfördelning
- Exponering på arbete – prata med chefen/skyddsombud
- Skydda händer med handskar



Handskar

- Använd vid disk, städ, matlagning
- Vinylhandskar eller allergenfria nitril
- Använd handskar så korta stunder som möjligt, byt handskar ofta
- Bomullshandske under

Kyla och torr luft



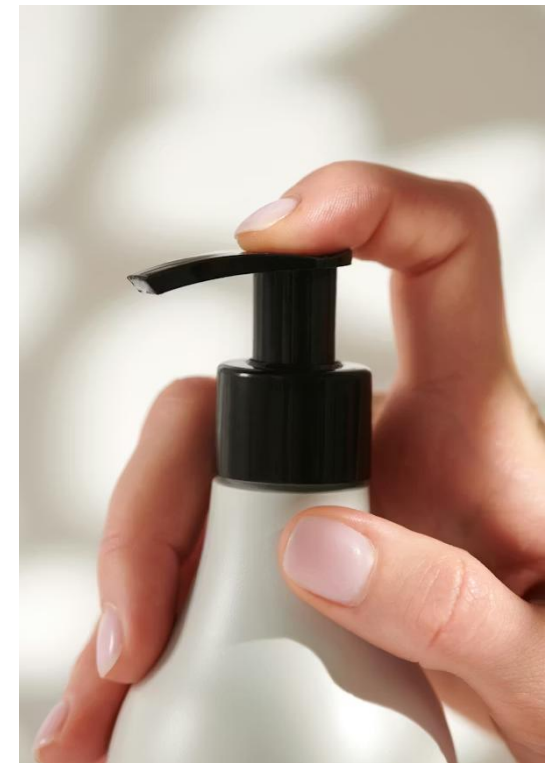
- De flesta får torrare hud på vinter
- Kyla och torr luft torkar ut huden
- Använd varma vantar
- Smörj med fetare kräm

Klåda/sprickor



- Håll naglarna korta
- Klappa, nyp eller blås
- Mjukgörande kräm i kylskåpet
- Hydrokollplattor eller zinkplåster
- Skydda huden mot slitage

3-4 Behandla inflammationen och stärk hudbarriären



Mjukgörande behandling



- Grunden
- Återställer och håller hudbarriären intakt
- Minskar risken för återfall
- Skyddar mot irritation
- Minskar klåda



Calmuril, Canoderm,
Curemid, Fenuril, Karbamid,
Karbasaal, Karbolan,
Miniderm Duo, Cremarol,
Glycerol, Glycolan,
Locobase LPL, Miniderm,
Oviderm, Propyderm,
Propylenglykol, propyless



- Hitta krämer patienten trivs med (konsistens, lukt)
- Olika beredningar vid olika tillfällen
- Fet kräm på natten med bomullshandske över
- Smörj ofta och tunt
- Smörj efter hudbelastning

Kortison



- Mjukgörande stärker barriären, kortison minskar inflammationen
- På händer krävs ofta en grupp III steroid
- Används dagligen tills eksemet är borta, därefter trappa ner
- Vid utebliven effekt, tänk annan behandling eller allergi

5. Följ upp

- Tydlig effekt ska märkas inom ett par veckor
- Handeksem som varar mer än 6 veckor på korrekt medicinsk behandling eller recidiverar ska epikutantestas
- I första hand på hudklinik
- Vid behov på AMD mottagning

Andra behandlingsalternativ

- Ljusbehandling
- Tablettbehandling
- Sätts in via hudläkare



Behandling av handeksem



- Många patienter upplever behandlingen som jobbig
- Att undvika försämrande faktorer kan ha stor inverkan på livet
- Att behandla handeksem kräver uthållighet
- Pepp, stöd och uppmuntran
- Plan framåt

Varför egenvårdsråd?

- Studier visar att eksemskola hjälper patienter att ändra sina handvårdsbeteenden och vidta hudskyddsåtgärder
- Eksemskola kan förbättra svårighetsgrad av handeksemet, livskvalitet och arbetsproduktivitet

Stöd från CAMM



- Handeksembroschyr
- Handskråd för atopiker
- Faktablad
- Skicka frågeremisser
- Föreläsningar & stöd vid uppstart av eksemskola

<https://www.camm.regionstockholm.se/>

Kom ihåg

- Ta besvären på allvar
- Minska exponering!
- Behandla inflammationen
- Se till att patienten har en mjukgörande behandling den trivs med
- Skicka vidare till hudläkare om eksemen inte läker

Frågor?



Emma.wadman-hallgren@regionstockholm.se

Att läsa

- www.ssdv.se Handläggning och behandling av handeksem Guidelines 2022
- [Handskguiden \(medicarrier.se\)](http://medicarrier.se) Information om upphandlade handskar och hur man bör välja
- [Faktablad \(regionstockholm.se\)](http://regionstockholm.se) Handeksembroschyr för nedladdning