
Atopisk eksem i koronaens tid

AKTUELT I FORENINGEN

STIG KRINGEN

stig.kringen@legeforeningen.no
Samfunnspolitisk avdeling

Hudleger har sett en økning av håndeksem i kjølvannet av koronapandemien. Norsk forening for dermatologi og venerologi har laget nye anbefalinger slik at hudlegene enklere kan behandle pasienter med alvorlig atopisk eksem.



HUDLEGEDUO: Eva Maria Rehbinder (til høyre) og Teresa Løvold Berents er eksperter på behandling av atopisk eksem. Foto: Apokus/ Ine Eriksen, UiO.

Atopisk eksem er en kløende hudsykdom som kjennetegnes ved rød og tørr hud med utslett. Det er en kronisk betennelsestilstand som kan gjøre huden sprukken, sår, fortykket og stiv. Rundt tjue prosent av norske barn har i dag atopisk eksem med ulik grad av alvorlighet. Hos voksne er tallene rundt ti prosent.

Nå har det kommet avansert immunmodulerende behandling for de med alvorlig atopisk eksem. Derfor lagde Norsk forening for dermatologi og venerologi (NFDV) i 2019 råd for bruk av biologiske legemidler og JAK-hemmere for denne pasientgruppen, som siden har blitt oppdatert to ganger, senest i fjor høst. Anbefalingene finner du på legeforeningen.no/nfdv. Biologiske legemidler inneholder virkestoff som er fremstilt av levende organismer. En JAK-hemmer defineres som et målrettet immunmodulerende middel.

– Det er viktig at hudlegene i Norge finner god informasjon raskt om hvorvidt pasienter oppfyller kriteriene for behandling. I tillegg trenger de opplysninger om hvilke rutiner som gjelder før og etter oppstart av medikamentet, sier Eva Maria Rehbinder.

Hun har vært med i arbeidsutvalget som har laget anbefalingene og jobber til daglig som lege ved Seksjon for hudsykdommer ved Oslo Universitetssykehus, Rikshospitalet. I 2021 mottok hun Kronprins Haakons forskningspris for astma og allergi. Dette for sin forskning innen utvikling og forebygging av atopisk eksem.

Mål og målgruppe

Målet med arbeidet har vært å utarbeide et forslag til veiledende anbefalinger, som ble lagt ut på høring blant alle medlemmene i NFDV før styrets godkjenning. Anbefalingene er basert på tilgjengelig litteratur og de siste internasjonale retningslinjene for behandling av atopisk eksem. Rådene er tilpasset norsk praksis og godkjent tilgjengelig behandling.

– Vi ønsket en oversiktlig, godt strukturert og fullstendig anbefaling for å lette hudlegenes hverdag. Vi har fått veldig gode tilbakemeldinger fra fagmiljøet om at rådene er nyttige i klinisk praksis, opplyser Rehbinder.

Målgruppen for innholdet er hovedsakelig hudleger. Det er kun hudleger som kan foreskrive behandling av biologiske legemidler og JAK-hemmere til pasienter med alvorlig atopisk eksem.

– Samtidig er innholdet i veilederen aktuelt for andre leger og spesialister som følger denne pasientgruppen, slik at de vet når de skal henvise pasienter for vurdering av behandlingsoppstart, forteller Rehbinder.

Redusert livskvalitet

En grunn til at det er viktig med oppdaterte anbefalinger, er at studier viser at atopisk eksem påvirker livskvaliteten vesentlig. Sykdommen gir plager med kløe og kloring som fører til uro og forstyrret søvn. Behandlingen er kompleks, svært tidkrevende og kan oppleves som en stor byrde. I tillegg er behandlingen dyr for pasienten.

– Et eksempel på dette er utgifter knyttet til grunnbehandlingen med fuktighetskremer. Det er kun én type krem som er godkjent på blå resept hos pasienter med moderat til alvorlig atopisk eksem. De fleste vil ha behov for flere forskjellige typer fuktighetskremer. Det er mulig å søke utgifter til fuktighetskremer refundert, men dette er en tidkrevende og komplisert prosess som mange unnlater å bruke. Dette fører til redusert behandlingsetterlevelse, forklarer Rehbinder.

Koronahender

Koronahender er en betegnelse som omfatter håndeksem som bryter ut i forbindelse med koronapandemien. Årsaken til koronahender er økt fokus på håndhygiene med hyppig og langvarig håndvask.

Teresa Løvold Berents tok sin doktorgrad innenfor atopisk eksem, og jobber som hudlege ved Seksjon for hudsykdommer og regionalt senter for astma allergi og overfølsomhet (RAAO) ved Oslo universitetssykehus. Hun opplyser at i yrkessammenheng er håndvask over tjue ganger per dag definert som vått arbeid og øker risikoen for irriterende håndeksem.

– Problemet med koronahender har vært og er stort. Alle har vært påvirket av rutinene med håndhygiene. De som har vært hardest rammet er nok barn, helsearbeidere og de med atopisk eksem, sier hun og fortsetter:

– En tysk studie undersøkte hyppigheten av utslett på hendene hos helsearbeidere på en kirurgisk avdeling og en intensivavdeling med koronasyke pasienter. Det var en svært høy prevalens av symptomer som er forbundet med håndeksem. En større dansk studie av skolebarn viste at etter at håndhygiene-tiltak ble innført på skolen i april 2020, var det en merkbar økning av håndeksem. De som var spesielt utsatte var de med atopisk eksem.

Pasienter med alvorlig atopisk eksem behandles ofte med systemisk immunmodulerende medikamenter. Berents tror mange av disse kan ha opplevd økt bekymring for å bli smittet av koronaviruset.

Råd til pasienter

Hudleger kan gi råd om hvordan de med atopisk eksem kan redusere risiko for oppblussing av utslettet. Det viktigste rådet er å være proaktiv, med daglig smøring av huden med fuktighetskremer, selv om eksemplagene ikke er store.

– Man vet at det å smøre huden daglig med fuktighetskrem gir mindre oppblussing av utslett, mindre bruk av kortisonkremer og mindre alvorlig eksem. I tillegg bør man redusere kontakt med vann og såpe som tørker ut huden og forstyrrer hudbarrieren så langt det lar seg gjøre. Bruk av engangshansker eller håndsprit med glyserol kan være å foretrekke, sier Berents.

Psoriasis- og eksemforbundet har i samarbeid med NFDV utarbeidet anbefalinger for hudvennlig håndvask og bruk av fuktighetskremer.

Det er en tydelig sammenheng mellom tørr hud, kløe og økte eksemplager. Tørr hud er mer utsatt for irriteranter, som igjen øker risikoen for eksem. Om vinteren er luftfuktigheten lav og det er stor forskjell på inne- og utetemperatur.

– Når man i utgangspunktet har tørr hud som betyr at hudbarrieren allerede er noe redusert, vil kulde og lavere luftfuktighet på vinteren kunne påvirke huden slik at den blir enda tørrere, noe som igjen medfører en ytterligere økt risiko for forverring av eksemplagene, avslutter Teresa Løvold Berents.

Publisert: 28. februar 2022. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.22.04.12

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 20. juni 2026.