


Hudlægen informerer om

# Akne og uren hud



© Copyright Dansk dermatologisk Selskab · 1. udgave 

Dansk dermatologisk Selskab 2008

## HVAD ER UREN HUD OG AKNE?

Alle oplever i puberteten og teenage årene "urenheder" i huden i form af hudorme (komedoner) og det, vi populært kalder "bumser". Problemet skyldes hormonal påvirkning af talgkirtlerne, der øger deres produktion, så huden bliver fedtet. Heraf opstår hudormene, der sammen med hudens bakterier kan medføre udvikling af "bumser". Størst er problemet i ansigtet, på skuldrene og på bryst og ryg, hvor der er flest talgkirtler.

**Uren hud** må opfattes som en relativt normal tilstand når man er ung og problemet forsvinder med alderen.

**Akne**, derimod, er en hudsygdom, der ikke kun ses i puberteten. Sygdommen vil ofte forværres gennem årene og kan være langvarig. Hos nogle forsvinder akne dog uden behandling, men ofte er der udviklet skæmmende ar.

Akne er et spørgsmål om hudtype, og mange patienter med akne har en far eller mor, der har haft problemet. Akne kan behandles og derved kan ardannelsen forebygges.

## HVAD KAN MAN GØRE?

Uren hud forsvinder i løbet af få år. Daglig vask med vand og sæbe er godt, undgå fedtede hudplejemidler. Kosmetik kan bruges efter behov, men man skal vælge de produkter, der er beregnet til fedtet hud. Kosmetik skal renses af før sengetid.

Undgå at trykke/pille i bumserne – det gør problemet værre og kan give anledning til nye bumser!

Spis fornuftigt. Hvis du drikker meget mælk, især de fedtfattige mælketyper, kan det muligvis bedre din akne at reducere indtaget.

## BEHANDLING

Uren hud kan behandles med håndkøbspræparater. Apoteket har hudplejeserier beregnet til fedtet, uren hud.

Akne er en hudsygdom, som du kan få behandlet hos din læge eller hudlæge. Enhver behandling kræver tålmodighed, og der kan gå op til 6 måneder, før den fulde virkning af behandlingen kan ses.

Nogle kan klare sig med lokalbehandling, men der vil ofte være tale om kombinationsbehandling med tabletter (antibiotika) og cremer. Tabletterne påvirker betændte bumser, mens cremer især forebygger dannelsen af hudorme.

Nogle kvinder kan behandles med en særlig type p-piller.

I de sværeste tilfælde af akne kan både mænd og kvinder behandles med isotretinoin-kapsler, der nedsætter produktionen af talg i huden. Det er en behandling, der kun kan ordineres hos en hudlæge, og den kræver nøje kontrol bl.a. med blodprøver. Hudlægen orienterer om behandlingen og om forholdsregler under behandlingen.

## SOL

Den naturlige sol udtørrer huden og kan derfor afhjælpe problemerne, men virkningen er ikke holdbar. Solarium har ingen virkning.

## GRAVIDITET OG AMNING

Under graviditet kan akne bedres spontant, men ofte vil problemet blusse op efter fødslen. Tabletbehandling er stort set udelukket under graviditet, men de fleste lokalbehandlinger kan anvendes.