Potilasohje ekseemoista

|  |  |
| --- | --- |
| Kuvaus: | Ohje potilaille ekseemojen luokituksesta sisältäen eri ekseematyyppien lyhyen kuvauksen. |

Ekseematyyppejä

Ekseemat ovat yleisimpiä ihotauteja. Oireina ekseemoissa on varsinkin alkuvaiheessa ihon punoitusta ja vetistystä, myös nesterakkuloita voi kehittyä, myöhemmässä vaiheessa ekseemaihottuma hilseilee. Ekseemat myös kutiavat usein.

Tavallisimpia ekseemoja ovat **kosketusekseemat (allerginen kosketusihottuma ja ärsytyskosketusihottuma), atooppinen ihottuma, seborrooinen eli taliköhnäihottuma, läiskäekseema, infektioekseema, staasiekseema, asteotoottinen ekseema ja neurodermatiitti.**

Jatkossa esitellään näitä ihottumatyyppejä lyhyesti.

Kosketusihottumat

Kosketusihottumat aiheutuvat altistumisesta ulkoisille tekijöille. Tavallisia ärsytyskosketusihottumaa aiheuttavia tekijöitä ovat (työn) kosteus, pesu- ja puhdistusaineet, happamat ja emäksiset aineet, liuottimet ja öljyt. myös ihon hankautuminen voi aiheuttaa ärsytyskosketusihottumaa. Allergisen kosketusihottuman aiheuttaa herkistyminen jollekin allergeenille. Tavallisempia kosketusallergiaa aiheuttavia aineita ovat metallit, muovi- ja kumikemikaalit sekä paikallishoitovalmisteissa ja kosmeettisissa tuotteissa olevat vaikuttavat aineet, säilytteet ja hajusteet.

Atooppinen ihottuma (maitorupi-ihottuma, taiveihottuma)

Atooppinen ihottuma alkaa useimmiten varhaislapsuudessa pienen lapsen maitorupi–ihottumana. Myöhemmin ihottuma paikallistuu taivealueille. Atooppinen ihottuma esiintyy myös usein kasvojen ja ylävartalon alueella. Atooppista ihottumaa sairastavalla iho on normaalia kuivempi ja kutiavampi. Iho on myös normaalia herkempi mikrobi-infektioille sekä ärsyttäville aineille tai hankaukselle. Osalla pienistä lapsista ruoka-allergia on atooppista ihottumaa pahentava tekijä, aikuisiässä ruoka-allergia on harvinaisempaa. Atooppinen ihottuma on monisyinen tauti, johon vaikuttavat perinnölliset tekijät ja lukuisat ulkoiset tekijät. Osalla atooppista ihottumaa sairastavista on allergista nuhaa ja allergisia silmäoireita ja/tai allerginen astma. Näitä tauteja kutsutaankin atooppisiksi taudeiksi. Termi atopia merkitsee elimistön poikkeavuutta, jossa kehitetään vasta-aineita elinympäristössä esiintyviä, sinänsä harmittomia aineita kohtaa. Atooppisesta ihottumasta, allergisesta nuhasta ja ruoka-allergioista on olemassa omat potilasesitteensä.

Seborrooinen ihottuma eli taliköhnäihottuma

Taliköhnäihottumaa pahentaa iholla esiintyvä Pityrosporum ovale- niminen hiivasieni, tästä on käytetty myös nimeä Malassezia. Tätä hiivasientä on kaikkien ihmisten iholla ja useimmat ihmiset sietävät tätä ihohiivaansa ilman oireita. Taliköhnäihottuman tyypillisiä esiintymispaikkoja ovat hiuspohja, korvantaustat, korvakäytävien suut ja ulkokorvat muutoinkin, kulmakarvat, nenänpielet, ylärinnan ja yläselän keskiosat, kainalot ja nivustaipeet.

Läiskäekseema ja infektioekseema

Raja läiskäekseeman ja infektioekseeman välillä on liukuva. Näiden ihottumien aiheuttajista ei ole varmaa tietoa. Epäillään kuitenkin, että ainakin osassa tapauksista bakteeri- tai sieni-infektio iholla tai syvempi pesäkeinfektio elimistössä voisi laukaista tai ylläpitää näitä ihottumia. Infektio- ja läiskä-ekseemat luokitellaan pääosin sisäsyntyisiksi ihottumiksi, joilla on oma, usein varsin krooninen ja oireiltaan aaltoileva kulkunsa. Näiden ihottumien ulkonäkö vaihtelee kuivista, rauhallisista ihottumaläiskistä ärhäkän vetistäviin läiskiin ja nesterakkulakylvöihin. Läiskä- ja infektioekseeman tyyppipaikkoja ovat ylä- ja alaraajat ja haavaumien ympäristöt. Ihottumaläiskät voivat levitä myös vartalolle.

Staasiekseema

Staasiekseemaa esiintyy alaraajoissa henkilöillä, joilla on suonikohjuja ja alaraajaturvotusta laskimoverenkiertohäiriön merkkinä. Iho on usein normaalia tummempaa staasiekseemassa, koska ihon sisään kertyy pigmenttiä. Staasiekseemapotilailla on riski kehittää säärihaava.

Asteatoottinen ekseema

Asteatoottinen ekseema on kuivan ihon ihottuma. Tyyppipotilas on vanhus, jonka iho on jo luonnostaan kuiva. Ihon liiallinen peseminen ja hankaaminen kuivattavat ja vaurioittavat ihoa ja seurauksena on asteatoottinen ekseema.

Neurodermatiitti

Neurodermatiitissa on krooninen, paksuuntunut ihottuma-alue, joka syntyy toistuvan raapimisen ja hankaamisen seurauksena. Jokin paikka ihosta alkaa kutista, kutisevaa kohtaa hangataan, ja tähän kehittyy ajan mittaan ihottuma. Tyypillisiä paikkoja neurodermatiitille ovat niska ja säären ja etunilkka.

Ekseemojen hoito

Jos ekseeman aiheuttaja tai pahentava tekijä tiedetään, tämä pyritään poistamaan. Ekseemaihottumaan liittyvää ihon tulehdusta rauhoitetaan kortisonivoiteella, tämän lisäksi ihoa rasvataan kosteuttavalla ja suojaavalla perusvoiteella. Kortisonivoiteita käytetään 1-2 kertaa päivässä 1-3 viikon jaksoina, perusvoiteita käytetään päivittäin ilman käyttöajan rajoitusta. Sitkeitä, kutisevia ihottuma-alueita tai -läiskiä voidaan hoitaa peittohoidolla (esim. kortisoniliuoksen päälle ohut Duoderm-kalvo tai kortisonivoiteen päälle Zipzoc-voidesukka). Taliköhnäihottuman hoidossa käytetään sienilääkettä sisältävää shampoota ja voiteita. Paikallishoidon lisäksi tarvitaan toisinaan myös muuta hoitoa kuten sisäistä lääkitystä tai valohoitoa.