

Er du ofte generet af eksem og kløe? Sover du dårligt om natten, fordi huden klør? Eller føler du, at eksem og kløe begrænser dig i hverdagen?

Så har vi godt nyt: Du kan få det meget bedre. For atopisk eksem og kløe behøver ikke være en fast del af din hverdag – uanset hvor hårdt ramt du er.

Ny viden om eksem betyder, at vi i dag har mange behandlingsmuligheder. Hvis den ene ikke virker, så prøv en anden, indtil du finder den, der giver dig et liv (næsten) uden eksem og kløe.

Få overblik over, hvem der kan hjælpe dig med hvilke typer behandling her i vores kvikguide.

Denne guide er udviklet af Atopisk Eksem Forening i samarbejde med Anna Sophie Belling Krantoft, der er sygeplejerske ved Afdeling for Allergi, Hud- og kønssygdomme, Gentofte Hospital. Guiden er støttet økonomisk af AbbVie og Sanofi.

TJEKLISTEN

1. Tal med din læge, ikke kun sygeplejersken.
2. Tag billeder af dit udslæt, som du kan vise lægen.
3. Fortæl, hvordan eksemet påvirker dit liv.
4. Aftal altid en tid til opfølgning for at tjekke, om behandlingen virker.
5. Bed om en henvisning til en hudlæge eller en specialist på hospitalets hudafdeling, hvis eksemet fortsætter.



Atopisk Eksem Forening

Læs mere, se film og bliv medlem på
atopiskeksemforening.dk

ATOPISK EKSEM KVIKGUIDE

HVEM KAN HJÆLPE DIG MED HVAD?

I DAG KAN ALLE
FÅ ET LIV (NÆSTEN)
UDEN EKSEM OG KLØE
– OGSÅ DIG →



EGEN PRAKTISERENDE LÆGE

Din læge er din indgang til at få hjælp med eksem. Her kan du få **vejledning i fedtcremer**, og du kan få recept på **milde hormoncremer**. Det er vigtigt, at du taler med lægen, ikke kun sygeplejersken.

HUSK: Aftal en kontrolltid for at tjekke, om cremen virker. Hvis ikke skal du bede om en henvisning til en hudlæge.



HUDLÆGE PÅ HUDKLINIK

Mange med eksem får en henvisning til en hudlæge på en hudklinik. Bestil tid med det samme – der er lang ventetid. Hudlægen kan bl.a. udskrive **stærkere hormoncremer**, andre effektive cremer og kortvarige **kure med tabletter eller indsprøjtninger**.

HUSK: Få en tid til opfølgning. Det er nemlig ikke sikkert, at den første behandling er den, der virker for dig.



HUDSPECIALIST PÅ HOSPITAL

Hvis behandlingerne hos hudlægen ikke virker godt nok, skal du bede om en henvisning til en specialist på hospitalets hudafdeling. Hudspecialisten kan hjælpe selv dig, der er meget hårdt ramt af eksem. Her kan du bl.a. få en **kombination af forskellige behandlinger** og **nye målrettede behandlinger**.

HUSK: Vent ikke for længe med at bede om en henvisning til en hudspecialist. Også her er der lang ventetid.