Atopisk dermatit – patientinformation

Vad är atopisk dermatit?
Atopisk dermatit är den vanligaste inflammatoriska hudsjukdomen. Den orsakas av en kombination av medfödda faktorer och omgivningsfaktorer. Atopisk dermatit kallas också för böjveckseksem eller atopiskt eksem. Personer med atopisk dermatit har torr hud och återkommande perioder med kliande röda utslag. De flesta har lindriga besvär som behandlas i primärvården. En mindre andel har måttliga till svåra besvär som kräver kontakt med specialiserad vård.
Atopisk dermatit orsakas inte av allergi men astma och allergier är vanligare hos personer med atopisk dermatit.

Vad gör att atopisk dermatit blossar upp?
Många faktorer kan förvärra atopisk dermatit. Försämringsfaktorer kallas triggers. Vanliga triggers är irriterande, avfettande och uttorkande ämnen som tvål, rengöringsmedel och andra kemikalier. Andra vanliga triggers är svettning, syntet- och ullkläder och vattenkontakt (t.ex. daglig dusch/bad). Ytterligare triggers kan vara psykisk och fysisk stress. Många försämras av vinterhalvårets kalla torra luft och blir bättre under sommarhalvåret. Att vara sjuk, till exempel en vanlig förkylning, kan trigga en försämring. Infektioner med bakterier eller virus i huden kan förvärra atopisk dermatit.

Kan atopisk dermatit botas?
Nej, det finns ingen botande behandling mot atopisk dermatit, men det finns många bra behandlingar som kan få eksemet under kontroll. Eftersom sjukdomen inte kan botas kan man behöva behandla huden till och från hela livet. Att eksemet återkommer efter en avslutad behandling betyder inte att behandlingen har misslyckats. Det är en del av sjukdomens naturliga förlopp.
Sjukdomsgraden minskar oftast med stigande ålder. Den medfödda benägenheten till torr hud finns kvar hela livet och gör att handeksem är vanligt hos vuxna som haft atopisk dermatit som barn. Det kan därför vara svårt att klara våta och smutsande arbeten.

Hur kan atopisk dermatit behandlas?
Målet med behandlingen är att ha så långa besvärsfria perioder som möjligt, utan klåda, torr hud och aktivt eksem.
Den viktigaste delen av eksembehandlingen är mjukgörande behandling i kombination med antiinflammatorisk behandling (oftast kortisonkräm) och att undvika uttorkning av huden. Om detta inte räcker för att kontrollera eksemet kan många ha nytta av medicinsk ljusbehandling i perioder. Personer med ett mer utbrett och svårare eksem kan behöva tablett- eller injektionsbehandling som tillägg till basbehandlingen.
Använd rikligt med mjukgörande kräm så ofta som möjligt, men minst en gång dagligen och alltid efter dusch/bad. Det finns många olika mjukgörande produkter. Det viktiga är att hitta det som fungerar för dig. Använd helst oparfymerade produkter avsedda för torr och känslig hud.
Behandla eksemet i tid – ju tidigare du behandlar desto mindre utbrett och aktivt hinner det bli.

Försök att identifiera dina triggers och undvik/minska de triggers du kan utan att det får för stor inverkan på ditt liv.
Försök att motstå frestelsen att klia. Det kan lindra klådan tillfälligt, men gör att det kliar mer i huden på lång sikt.

Var kan jag få mer information om atopisk dermatit?

Patientorganisation som tillhandahåller information: www.atopikerna.se

Behandlingsrekommendationer atopisk dermatit: www.lakemedelsverket.se

Sju filmer om behandling vid atopisk dermatit. Filmerna är producerade av Sachsska barn- och ungdomssjukhuset, Stockholm:
https://vimeo.com/channels/907487/125444089

Information om yrken och hur man kan skydda sig för att hålla sig frisk under hela arbetslivet: www.jobbafrisk.se

Vårdguiden: www.1177.se

Observera att intressegruppen för atopisk dermatit tillhandahåller webblänkar till ytterligare resurser för att hjälpa personer att få tillgång till en mängd information om sin sjukdom och behandling. Det som uttrycks i dessa externa resurser delas nödvändigtvis inte med intressegruppen eller dess medlemmar. Intressegruppen har ingen kontroll över och styr inte innehållet i externa länkar.
Denna information syftar till att tillhandahålla korrekt och aktuell kunskap om ämnet och är en sammanställning av de rekommendationer som delas av representanter för Svenska Sällskapet för Dermatologi och Venereologi (SSDV). Individuella patientomständigheter kan skilja sig, vilket kan påverka både de råd din läkare ger dig och behandlingsförloppet.
Denna information har framtagits, granskats och godkänts av svenska intresseföreningen för atopisk dermatit. Representanter från patientföreningen Atopikerna har deltagit i granskningen och bidragit med synpunkter ur patientperspektiv.
SVENSKA SÄLLSKAPET FÖR DERMATOLOGI OCH VENEREOLOGI (SSDV)
PATIENTINFORMATION ATOPISK DERMATIT
PRODUCERAD AUGUSTI 2026