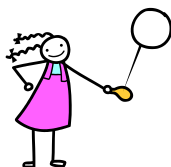


## SMÖRJRÅD



När ett barn har eksem är huden tunn och känslig och behöver hjälp att kunna återhämta sig. Därför är det viktigt att fortsätta smörja ditt barns hud varje dag även när eksemet är läkt.

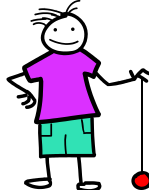
### MJUKGÖRANDE KRÄM

De flesta barn med eksem har även torr hud och denna måste behandlas!

Försök hitta en mjukgörande kräm som ditt barn tycker om, den ska varken svida eller kännas obekvämt. Till exempel **Locobase**, **Miniderm**, **Propyderm**, **Decubal** eller **Minicare**.

Smörj ditt barn flera gånger per dag med mjukgörande.

Om mjukgörande kräm inte är tillräckligt för den torra huden använd kortisonkräm också.



### Kortisonkräm

På röda eksemfläckar kan du använda till exempel **Hydrocortison** eller **Mildison**. Dessa tillhör gruppen svaga kortisonkrämer och är i stort sett utan biverkningar. Smörj rikligt morgon och kväll tills eksemet blir bättre.

Fortsätt några dagar efter att eksemet försvunnit. Trappa då ner eller sluta helt fram till att eksemet återkommer.

Om det finns nya eksemfläckar eller torra fläckar som inte försvinner smörjer du dessa med svag kortisonkräm igen

Det är viktigt att Du inte slutar för tidigt med kortisonkräm. Den svaga kortisonkrämen kan användas regelbundet under lång tid om barnet är över ett år.

Om den svaga kortisonkrämen inte har tillräcklig effekt krävs oftast receptbelagda kortisonkrämer

**Betnovat**, **Elocon** och **Ovixan** är starkare kortisonkrämer. Dessa ska endast användas på läkare/sjuksköterskas inrådan.

För barn under ett år med besvärligt eksem och som inte förbättras av svag kortisonkräm kan starkare kortisonkräm användas en gång dagligen i en vecka på kroppen. Ej i ansikte, hals eller ljumskar.

För barn över 1 år, som har besvärligt eksem, kan starka kortisonkrämer användas. Smörj en gång dagligen tills eksemet försvinner sedan varannan dag och trappa ut. En del behöver underhåll med kortison 2 gånger/vecka

Denna behandling kan upprepas två gånger per månad eller som din läkare/sjuksköterska ordinerar. Dessemellan smörjs med en svagare kortisonkräm och mjukgörande.

Starka kortisonkrämer får endast användas i ansiktet eller på annan tunn hud om läkare/sjuksköterska ordinerar detta.

Observera! Fortsätt smörja med mjukgörande under hela tiden ni använder starka kortisonkrämer.

### Allmänna råd

Använd tvättkräm istället för tvål

Bada inte för ofta, vatten torkar ut huden.

Använd badolja i vattnet.

Finns mycket att läsa om eksem på [1177.se](http://1177.se)

Sök på Google "Eksemfilm" där kan man se informationsfilmer om eksem från Södersjukhuset i Stockholm.

Även med text på somaliska, arabiska och engelska

### Lycka till och ge inte upp!

Med vänliga hälsningar

Barnallergimottagningen

