

# Bornholms og Christiansøs Hudklinik

## Patientinformation

Ansvarlig: William Troensegaard 130226

### Prurigo simplex

Prurigo simplex er en hudtilstand med stærkt kløende knopper i huden. Kløen fører ofte til kradsning, som igen forværrer udslættet. Der opstår dermed en ond cirkel: kløe → kradsning → mere kløe.

Tilstanden er ufarlig, men kan være meget generende og påvirke søvn og livskvalitet.

Prurigo simplex viser sig typisk som:

- Små, faste, røde eller hudfarvede knopper
- Ofte med sårskorper pga. kradsning
- Eventuelt små rifter eller fortykket hud
- Tegn på både nye og ældre elementer samtidig

Udslættet ses hyppigst på:

- Arme
- Ben
- Skuldre
- Nogle gange på kroppen

Ansigt og slimhinder er sjældent påvirket.

Årsagen er ikke altid klar.

Mulige medvirkende faktorer:

- Tør hud
- Eksem eller atopisk disposition
- Insektstik
- Stress

- Kløe af anden årsag (fx lever-, nyre- eller stofskiftesygdom – sjældent)

Hos nogle starter det med en mindre hudirritation, hvorefter kløe og kradsning holder tilstanden ved lige.

Prurigo simplex er ikke smitsomt.



### Symptomer

- Intens kløe (ofte værst om aftenen og natten)
- Søvnforstyrrelse
- Synlige kradsemærker
- Kosmetiske gener

Kløen kan være mere generende end selve udslættet.

Tilstanden er godartet, men langvarig kløe kan påvirke livskvalitet og søvn betydeligt.

Ved meget udbredt eller vedvarende kløe kan lægen vurdere, om der skal tages blodprøver for at udelukke anden sygdom.

# Bornholms og Christiansøs Hudklinik

## Patientinformation

Ansvarlig: William Troensegaard 130226

### Behandling

Behandlingen retter sig mod at bryde kløe-kradse-cirklen.

#### 1. Fugtighedscreme

Daglig brug af fed, uparfumeret creme mindsker tørhed og kløe.

#### 2. Binyrebarkhormoncreme

Anvendes i perioder for at dæmpe inflammation og kløe.

#### 3. Antihistamin

Kan i nogle tilfælde hjælpe mod kløe, især om natten.

#### 4. Behandling af udløsende årsag

Hvis der findes en bagvedliggende hudsygdom eller anden årsag, behandles denne.

---

### Hvad kan du selv gøre?

- Undgå at kradse (hold neglene korte)
- Brug rigeligt med fugtighedscreme
- Undgå meget varme bade
- Brug mild, uparfumeret sæbe
- Bær blødt tøj i bomuld frem for uld

Nogle har gavn af at køle huden (fx med en kølig klud) ved kraftig kløe.