Bleeksem

Bleeksem er et rødt, irriteret udslæt i det område, bleen dækker. Det skyldes varme, fugt og kontakt med tis og afføring. Bakterier i afføringen omdanner tissets indhold til ammoniak, som irriterer huden. Omkring halvdelen af alle spædbørn får det i perioder. Det kan gå helt væk med den rette pleje.

1
Skift ofte
Jo kortere tid tis og afføring rører huden, jo bedre.

2
Tør hud
Dup huden tør, eller lad den lufttørre.

3
Beskyttende salve
Zinksalve som et lag mellem huden og bleen.

4
Blefri perioder
Luft til huden, når det er muligt.

Sådan ser det ud

- **Rød, irriteret hud** i bleområdet, evt. skællende eller væskende
- Ofte skarpt afgrænset og kommer pludseligt
- **Tegn på svamp:** små hvide eller grålige bumser i kanten af udslættet og lidt uden for det

Hvorfor går det nogle gange ikke over?

Når huden er fugtig og irriteret i længere tid, kan **svamp** eller, sjældnere, bakterier sætte sig i den. Så bliver rødmen kraftigere, og almindelig pleje er ikke nok. Så skal behandlingen også ramme svampen.

Sådan plejer du huden – ved hvert bleskift

1 · Skift bleen
Skift ofte. Brug engangsbleer, de suger bedre end stofbleer.

→

2 · Vask skånsomt
Lunkent vand, ingen eller mild sæbe. Undgå at gnide.

→

3 · Tør huden
Dup den tør, eller lad barnet ligge uden ble et stykke tid.

→

4 · Salve på
Et lag **zinksalve** på ren og tør hud. Det beskytter mod tis og afføring.

Salver fra håndkøb

- **Zinksalve** eller anden vandafvisende salve: det vigtigste. Ved hvert bleskift
- **Inotyol salve:** indeholder bl.a. zink og virker mod eksem. 1–3 gange dagligt. Den lugter og kan give pletter på tøjet

Hvis vi skriver en creme

- Ved kraftigt eksem: en **mild creme med binyrebarkhormon** i en kort periode
- Ved svamp: en **svampecreme**, evt. kombineret med binyrebarkhormon
- Brug den som vi har aftalt, og fortsæt med zinksalve og god pleje

Kontakt klinikken, hvis …

- der ikke er **bedring efter 3 dage** med god pleje, eller det bliver værre
- du ser **hvide bumser**, væskende sår, gule skorper, eller barnet får feber

Kort fortalt: skift ofte → vask skånsomt → dup tør → zinksalve → blefri perioder → ingen bedring efter 3 dage: kontakt os.

Kilder: Lægehåndbogen, sundhed.dk: *Bleeksem* · pro.medicin.dk: *Inotyol*.