Behandling med Tolak-creme

Tolak er en creme mod **solskader i huden** (aktinisk keratose). Det er små ru, rødlige eller skællende pletter, der føles lidt som sandpapir. De sidder i hud, der har fået meget sol gennem årene, typisk i ansigtet, på ørerne og på issen. Pletterne er ikke kræft, men en lille del kan med tiden udvikle sig til en type hudkræft. Cremen fjerner de syge celler, også dem man endnu ikke kan se.

1
Én gang dagligt i 4 uger
Om aftenen, inden du går i seng.

2
Huden bliver rød og øm
Det er meningen. Det er tegn på, at cremen virker.

3
Heler efter stop
Huden er som regel helet 2–4 uger efter sidste dag.

4
Beskyt dig mod sol
Under behandlingen og resten af livet.

Hvorfor behandle?

Solskader i huden

- Skyldes **mange års sol**. Huden kan ikke længere selv reparere skaderne
- Ses mest hos personer med **lys hud**
- Kan klø eller svie, men giver ofte ingen gener
- Risikoen for, at den enkelte plet bliver til kræft, er **lille**. Den stiger, jo flere pletter man har

Det opnår behandlingen

- Stopper udviklingen af pletterne
- Mindsker risikoen for hudkræft
- Giver pænere hud
- Cremen rammer de syge celler og påvirker raske celler mindre. Den behandler også **skjulte forandringer** i området

Sådan bruger du cremen – hver aften i 4 uger

1 · Vask
Vask og skyl huden. **Dup den forsigtigt tør.**

→

2 · Smør tyndt
Et **tyndt lag** på hele det område, lægen har markeret.

→

3 · Massér
Massér cremen nænsomt og jævnt ind med fingerspidserne.

→

4 · Vask hænder
Vask hænderne grundigt bagefter.

Husk

- Smør **hele området**, ikke kun de pletter, du kan se
- **Ikke i øjne, næse eller mund.** Får du creme i øjet, så skyl med rigeligt vand
- Ikke på åbne sår, og **ingen plaster eller forbinding** over cremen
- **Kun én gang om dagen.** Oftere giver en kraftigere hudreaktion
- Glemt en dag? Fortsæt som normalt. Tag ikke dobbelt
- Undgå at cremen kommer over på andre personer



Dit behandlingsområde

Lægen markerer området på tegningen.

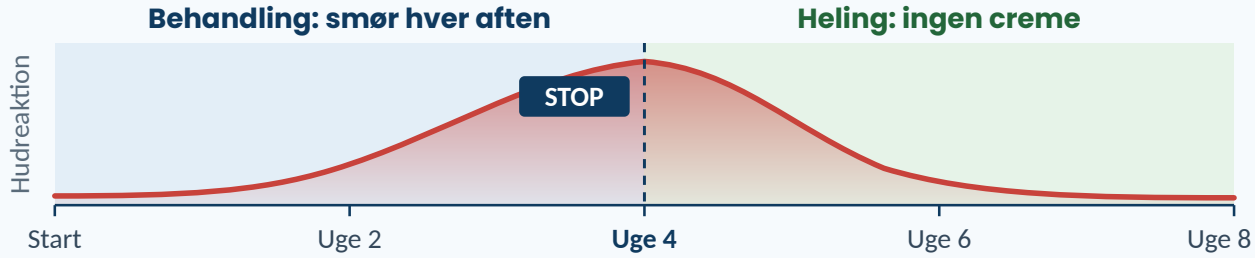
- ☐ Pande
- ☐ Kinder / næse
- ☐ Ører
- ☐ Isse / hovedbund

Andet: _____

Startdato: _____

Sidste dag: _____

Sådan reagerer huden – det normale forløb



Uge 1
Huden ser ofte ud som før. Fortsæt.

Uge 2–3
Rødme, derefter hævelse og svie.

Uge 4
Højdepunkt: hævelse og små sår. **Stop cremen.**

2–4 uger efter
Reaktionen aftager. Huden heler.

Gode råd under behandlingen

- Smør med **uparfumeret fugtighedscreme om morgenen**. Det kan lindre
- **Undgå sol og solarium.** Huden er ekstra følsom. Brug hat og solcreme med høj faktor
- Skriv datoen på pakken, når du åbner tuben. **Smid den ud 4 uger efter åbning**, også hvis der er creme tilbage
- Opbevar tuben under 25 °C og utilgængeligt for børn

Fortæl os det, før du starter, hvis du …

- er **gravid**, ammer eller prøver at få børn
- er **allergisk over for jordnødder eller soja** (cremen indeholder jordnøddeolie)
- ved, at du mangler enzymet **DPD**, som nedbryder medicinen
- får eller inden for 4 uger har fået **medicin mod helvedesild** eller skoldkopper

Brug sikker prævention under behandlingen og 6 måneder efter (kvinder) eller 3 måneder efter (mænd).

Kontakt os, hvis …

- huden bliver **meget værre**, gør meget ondt, eller du er bekymret. Vi kan give en creme, der lindrer
- du overvejer at **stoppe før tid**. Tal med os først
- du får kraftig kløe eller udslæt **uden for** det område, du smører. Det kan være allergi
- huden ikke er helet 4 uger efter sidste dag

Stop cremen og ring straks ved …

- **sår i munden** eller halsen
- mavesmerter, **diarré** (evt. med blod) eller opkastning
- **feber** eller kulderystelser

Det er sjældent. Det samme gælder, hvis nogen kommer til at synke cremen. Uden for åbningstid: ring 1813.

Efter behandlingen

- Vi ser dig igen **ca. et halvt år efter**. Er der stadig pletter, gentager vi behandlingen og følger dig, til de er væk
- Hold selv øje med huden. **Kontakt os, hvis en plet bliver tyk og hård eller giver et sår, der ikke heler**
- **Solbeskyttelse resten af livet:** solcreme mindst faktor 15 med UVA-filter, bredskygget hat og tætvævet tøj

Kort fortalt: tyndt lag hver aften i 4 uger → rød og øm hud er meningen → stop efter 4 uger, huden heler på 2–4 uger → beskyt dig mod sol → sår i munden, diarré eller feber: stop og ring.

Kilder: Indlægsseddel for Tolak 40 mg/g creme, Lægemiddelstyrelsen (2025) · Lægehåndbogen, sundhed.dk: *Aktinisk keratose* (2024) · Pierre Fabre: *Patientinformation i forbindelse med ordination af Tolak*.