

GODE RÅD

når barnet ditt har bleieutslett

**HVIS IKKE DISSE RÅDENE HJELPER, KONTAKT
APOTEK, HELSESTASJON ELLER LEGE.**



Ved bleieutslett er huden rød og irritert, enten flekkvis eller sammenhengende. Noen ganger er det væskende, hudløse områder, og en sjelden gang også åpne sår og pussblærer.

Foreldrebrochure nr. 1

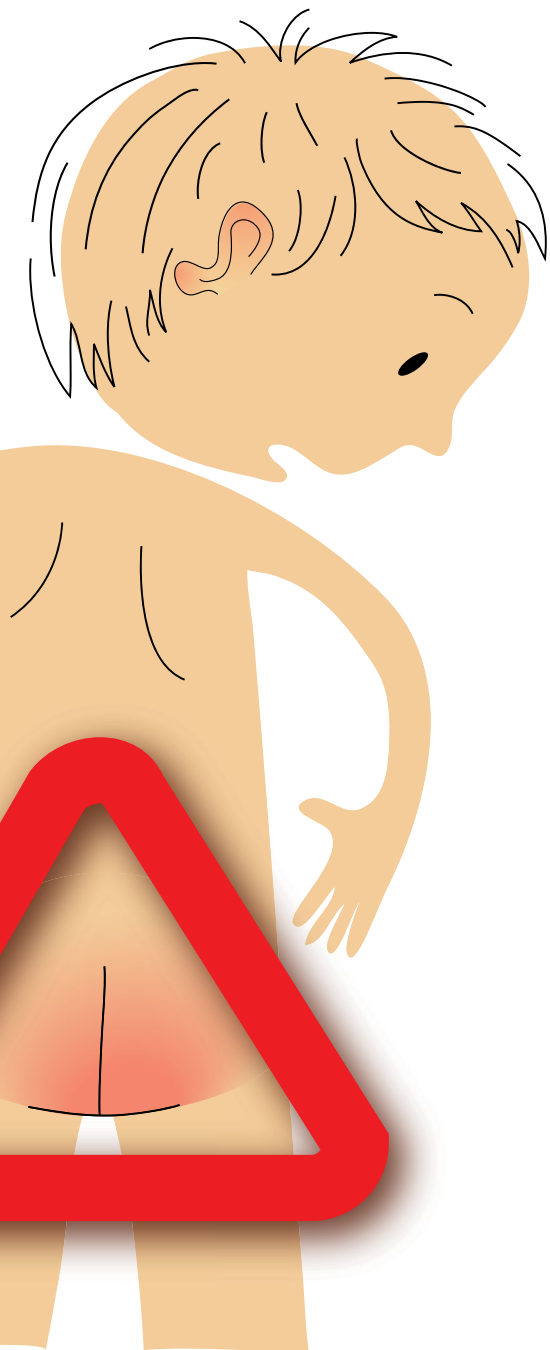
Brosjyren er utgitt av en tverrfaglig forfattergruppe bestående av leger, farmasøyer og helsesykepleier. Brosjyren er utarbeidet på grunnlag av tilgjengelig litteratur og ressurser på publiseringstidspunktet i samråd med eksterne sakkyndige. Brosjyren må ikke erstatte kontakt med, undersøkelse hos eller behandling av kvalifisert helsepersonell. Du kan bruke den når du snakker med helsepersonell og apotek. Helsepersonell er selv ansvarlig for bruk av brosjyrens innhold i rådgivning eller pasientbehandling.

Forfattergruppe: M. Falck (barnelege, Barneklubben, OUS), H. Nordeng (farmasøyt, Farmasøytisk institutt, UiO), A.M. Brænd (helsestasjonslege, Institutt for helse og samfunn, UiO), A.D. Midtsund (helsesykepleier, Oslo kommune) og G.C. Havnen (farmasøyt, RELIS Sør-Øst, Tryggmammamedisin.no).

Gjennomlest av: Elisabeth Matheson, helsesykepleier og teamkoordinator, Asker kommune.

Illustratør: Elisabeth Moseng, Illustratørene.

Revidert utgave mai 2021. Det kan siteres fra brosjyren dersom kilden oppgis.



OM BLEIEUTSLETT

Huden er kroppens naturlige barriere. Barrieren påvirkes av høy fuktighet (tett bleie), irritasjon fra urin og avføring, eller såpe og vann som fjerner naturlige fettstoffer fra huden. Da kan bleieutslett oppstå på hudområdene som er i direkte kontakt med bleien. Huden innerst i foldene er vanligvis spart.

Halvparten av barn under 18 måneder har hatt bleieutslett. De fleste har bare lette og forbigående plager. Ved å følge rådene i denne brosjyren vil huden vanligvis normaliseres i løpet av kort tid.

Mikrober (bakterier og sopp) som naturlig finnes på frisk hud balanserer hverandre. Ved bleieutslett kan balansen mellom mikrobenes forskyves og noen ganger kan derfor bleieutslett forverres ved at det infiseres med sopp. Da kan det være nødvendig med et soppmiddel i tillegg til tiltakene beskrevet i denne brosjyren.

Ikke alle utslett i bleieområdet er bleieutslett. Dersom utslettet ikke blir bedre etter å ha prøvd tiltakene beskrevet nedenfor, kan det være eksem og det krever annen behandling. Ta da kontakt med helsesykepleier/lege.

TILTAK

- Stell av bleieområdet er viktig både som forebygging og behandling.
- Skift bleie ofte slik at barnets hud holdes tørr.
- La barnet i perioder lufte stumpen uten bleie.
- Bruk stelleoljer til å vaske med. Det er skånsomt og behagelig. Unngå å vaske med såpe som kan virke uttørrende på huden.
- Smør huden med en sinkholdig salve etter hvert stell. Slike stellesalver kalles også barrieresalver fordi de er vannavstøtende, og beskytter og reparerer den naturlige hudbarrieren. Salverester kan fjernes med babyolje. Spør etter barriere salve på apoteket.

Hvis tiltakene over ikke hjelper i løpet av 2–3 dager og huden er hissig rød uten væskende flater eller sår, kan du forsøke følgende:

- Inotyol krem (med iktammol, sinkoksyd og titanoksyd) som smøres i tyktlag flere ganger daglig på hud uten åpne sår.
- Et alternativ til Inotyol krem er Hydrokortison krem 1 % to ganger daglig. Bruk hydrokortison først, og smør deretter på en barrieresalve. Hvis dennebehandlingen ikke virker innen 4 dager, har det liten hensikt å fortsette. Ipakningsvedlegget står det at kremen ikke skal brukes til barn under 2 år. Dette rådet kan fravikes når det gjelder bleieutslett.

Fortsetter plagene utover 3–4 dager på tross av disse tiltakene, kan utslettet være soppinfisert. Huden kan da være irritert helt ned i lårfoldene og det kan være større hissige områder med spredte røde flekker med skarp grense til frisk hud.

- I slike tilfeller er det lurt å bruke et soppmiddel, ofte i kombinasjon med hydrokortisonkrem. Snakk eventuelt med helsesykepleier/lege om dette.