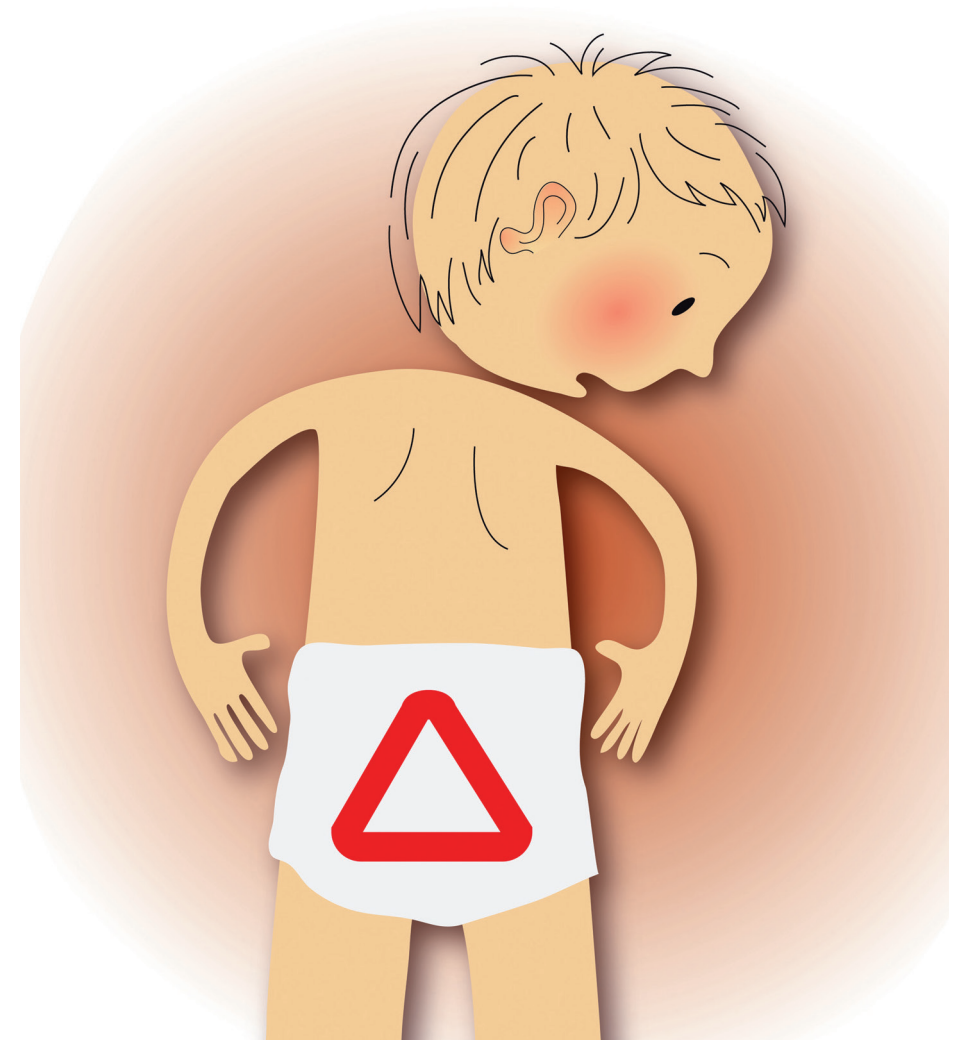


**HVIS IKKE DISSE RÅDENE HJELPER, KONTAKT  
APOTEK, HELSESTASJON ELLER LEGE.**

## **GODE RÅD** når barnet ditt har bleieutslett



### **Foreldrebrosjyre nr. 1**

Brosjyren er utgitt av en tverrfaglig forfattergruppe bestående av leger, farmasøytter og helsesøster. 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.

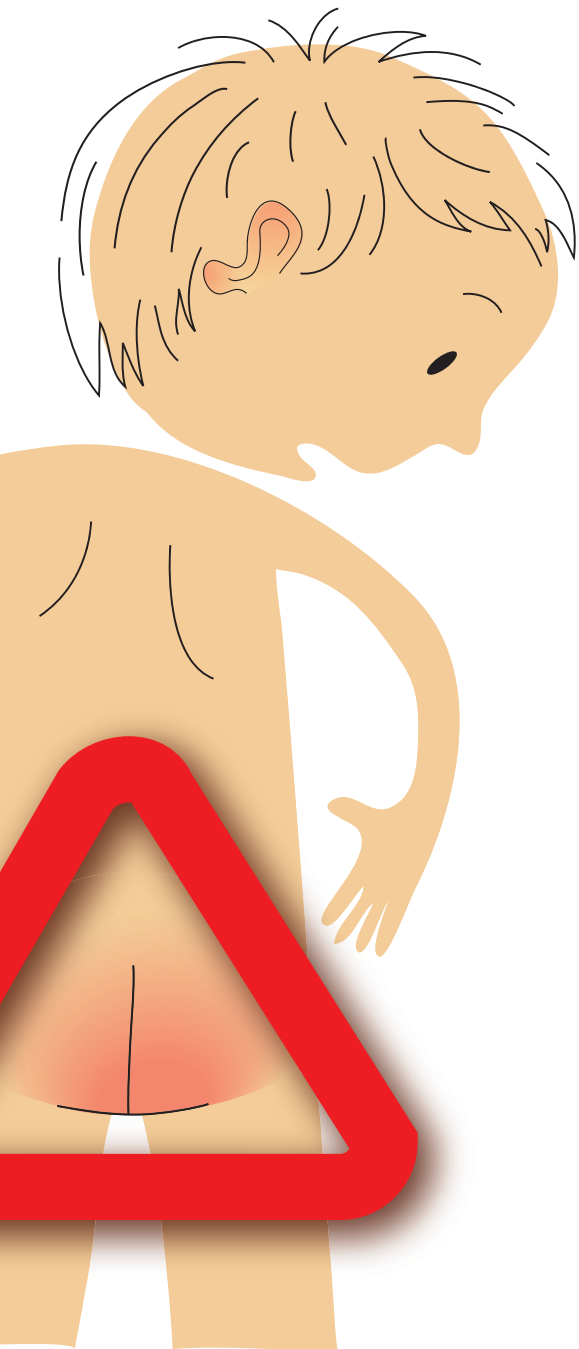
**Forfattergruppe:** H. Nordeng (farmasøyt, Farmasøytisk institutt, UiO), A.K. Brigtsen (barnelege, Barneklubben, UiO), A.M. Brænd (helsestasjonslege, Institutt for helse og samfunn, UiO), A.J. Midtsund (helsesøster, Oslo kommune), M.S. Waka (farmasøyt, Vitusapotek Colosseum).

**Gjennomlest av:** Barnelege, professor emeritus Trond Markestad, UiB.

**Illustratør:** Elisabeth Moseng, Illustratørene.

Revidert utgave juni 2018. Det kan siteres fra brosjyren dersom kilden oppgis.

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



## OM BLEIEUTSLETT

Huden er kroppens naturlige barriere. Barrieren kan påvirkes ved høy fuktighet (tett bleie), av irritasjon fra urin og avføring eller av såpe og vann som fjerner naturlige fettstoffer fra huden. Da kan bleieutslett oppstå.

Omtrent halvparten av alle barn har hatt bleieutslett innen de blir 18 måneder. 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 som naturlig finnes på frisk hud balanserer hverandre. Ved bleieutslett kan balansen mellom mikrobenes forskyves og vekstbetingelsene for enkelte mikrober fremmes. 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.

Flere typer eksem kan finnes i området som blir dekket av bleien uten at dette er bleieutslett. Bli ikke utslettet bedre etter å ha prøvd tiltakene som beskrevet nedenfor, kan det være eksem og det krever annen behandling. Ta da kontakt med lege.

## TILTAK

- Stell av bleieområdet er viktig både som forebygging og behandling.
- Skift bleie ofte slik at barnets hud holdes tørr.
- La barnet luften stumpe uten bleie i perioder.
- 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. Det finnes en rekke salver som er vannavstøtende og som fungerer som barrieresalver. Spør på helsestasjonen eller apoteket.

Hvis tiltakene over ikke hjelper i løpet av et par døgn og huden er hissig rød uten væskende flater eller sår, kan du forsøke følgende:

- Hydrokortison krem 1 prosent 2 ganger daglig. Bruk hydrokortison først, og smør deretter på en barrieresalve. Hvis denne behandlingen ikke virker innen 3-4 dager, har det liten hensikt å fortsette. I pakningsvedlegget står det at kremen ikke skal brukes til barn under 2 år. Dette rådet kan fravikes når det gjelder bleieutslett.
- Et alternativ til hydrokortison krem er Inotyol krem (med iktammol, sinkoksyd og titanoksyd) som smøres i tykt lag flere ganger daglig på hud uten åpne sår.

Fortsetter plagene utover 3-4 dager til tross for 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 hydrokortison krem. Det kreves resept på denne type krem for bleieutslett. Snakk eventuelt med legen om dette.