

Tema

På sommerferie
med astma og
allergi

På sommerferie med eksem

Hennatatoivering kan gi' allergi for livet

Det virker uskyldigt, ser sejt ud og er jo kun midlertidigt! Sådan tænker mange, inden de får lavet en sort hennatatoivering. Desværre er det langt fra sandheden.

Kun de færreste ved, at sorte hennatatoiveringer ofte indeholder stoffet P-Phenylenediamine (PPD), der regnes for at være det mest allergifremkaldende stof i verden. Alligevel findes det i alt fra tekstiler til hårfarve i de fleste hennatatoiveringer. Stoffet tilsættes for at give tatoiveringen dens sorte farve. PPD kan medføre alvorlige allergiske reaktioner som eksem og hævelser af huden, og der skal ganske lidt til (10 ppm.) for at udløse en allergisk reaktion. Allergien er livslang og kan blusse op igen, hvis du fx farver dit hår, eller når huden kommer i

berøring med sort tøj eller ting af gummi, der også indeholder PPD.

GODE RÅD

- Brun-orange hennatatoiveringer er sjældent allergifremkaldende, fordi der ikke er tilsat PPD
- Hvis henna-tatovøren ikke kan eller vil fortælle dig, hvad der er i farven, så hold dig fra at få lavet tatoiveringen
- Husk at en allergisk reaktion ofte først viser sig 24-48 timer efter hudkontakt.

OBS!

Tag dit eget parfumefri vaskepulver og shampoo med hjemmefra. Det kan være svært at finde uparfumerede produkter i udlandet.



Havde omrids af hennatatoiveringen i otte måneder

På en ferie i Egypten sidste år fik Vivi Sandholdt og hendes i dag 11-årige søn Kristian begge lavet en hennatatoivering med den konsekvens, at Kristian fik en voldsom allergisk reaktion. I dag fortryder Vivi Sandholdt, at hun lod sønnen tatovere:

– Jeg fik en hennatatoivering, og Kristian ville også gerne have en, han kunne vise til kammeraterne, når vi kom hjem til Danmark. Han har i forvejen lidt sensitiv hud og har bl.a. reageret med udslæt, hvis der er blevet tegnet med tusser på hans arm.

Jeg havde hørt noget om, at det ikke var så godt med den røde farve, så jeg gav ham lov, hvis det kun var med sort farve. Han fik lavet to hennatatoiveringer, og det så fint ud. Men efter et par dage begyndte den ene tatoivering at hæve ret meget. Til sidst var den så rød og hævet, og der var tydelige rids i armen, som gjorde ondt, så vi tog til lægevagten, hvor vi fik at vide, at det var en allergisk reaktion, og så fik vi noget creme, som vi skulle smøre med.

Der gik næsten 7-8 måneder, hvor man stadig kunne se omridset af hennatatoiveringen på hans arm. Det har ikke været en sjov oplevelse, og jeg har følt mig som verdens dårligste mor, fordi jeg gav ham lov til at få de hennatatoiveringer. Det kommer aldrig til at ske igen.

Daglig behandling

Sol og saltvand er en god kombination for de fleste med eksem, men selv om du oplever bedring af dit eksem om sommeren, er det vigtigt at passe den daglige behandling. Cremen behøver dog sjældent at være ligeså fed som om vinteren.



Køb dansk og deklareret

Køber du solcreme i udlandet, risikerer du, at de er fyldt med allergifremkaldende stoffer, fordi der ikke findes de samme skrappe krav til indholdsstoffer. Så køb rigeligt med solcreme med hjemmefra mærket med Den Blå Krans. Alternativt kan du tjekke indholdsdeklarationen på din udenlandske solcreme ved hjælp af KEMILEX, som du downloader til din smartphone eller tjek det på nettet på www.astma-allergi.dk/kemilex

Hellere tykt lag end en høj faktor

– derfor skal du bruge faktor 15

Beskyttelsen i solfilter afhænger primært af den mængde creme, du smører på, og i mindre grad af faktortallet, bare du husker at smøre nok på. Jo højere faktortal, jo mere solfilter indeholder cremen, og da solfilter generelt kan være allergifremkaldende, udgør faktor 30 eller 50 en større risiko for at du eller dit barn udvikler kontakteksem, end en solcreme med faktor 15.

Hvad er "nok" solcreme?

Tommelfingerreglen er: Én person = én håndfuld. Dvs. at en voksen til en hel krop skal bruge en håndfuld svarende til den voksnes hånd (40 ml), og at barnet skal bruge en håndfuld, svarende til barnets hånd.



KLOR OG SALTVAND...

... kan irritere eksemhud. Er du én af dem, der oplever forværring af eksemet, når du bader enten i klor- eller saltvand, kan et godt fif være, at du smører huden ind i fugtighedscreme, inden du springer i vandet. Sørg også for at vaske huden grundigt med ferskvand, efter du har været i vandet.

TJÆREHOLDIGE CREMER

De nye behandlingsmidler, Elicid og Protopic skal du passe på med at kombinere med soldyrk-

ning. Tal med din læge om, hvorvidt det har betydning for dig.

PAS PÅ MED SMYKKER...

... købt på de lokale markeder i udlandet. Undersøgelser viser, at de indeholder meget mere nikkel end hvad EU's nikkeldirektiv tillader. Ligesom smykker købt uden for EU ikke er omfattet af direktivet. Har du først fået nikkelallergi, har du dig en uven for livet. Nikkel findes nemlig i alt lige fra makeup til mønter.



DEKLARERET FAKTOR 15

Produktnavn	Str./ml	Pris	Forhandler
1. Camette Sollotion faktor 15	200	59,95	Helsekostbutikker eller www.camette.dk
2. Matas Ansigts solcreme Faktor 15	80	59,95	Matas butikkerne, www.matas.dk
3. Matas Sollotion Faktor 15	200	79,95	Matas butikkerne, www.matas.dk
4. Matas Solspray Faktor 15	200	89,95	Matas butikkerne, www.matas.dk
5. Matas Kids Sollotion Faktor 15	200	79,95	Matas butikkerne, www.matas.dk
6. Matas Kids Solspray Faktor 15	200	89,95	Matas butikkerne, www.matas.dk
7. Derma Sollotion SPF 15	200	89,95	www.derma.dk (133,95) inkl. fragt. Større ass. supermarkeder
8. Sun Circle SPF 15	150	49,95	Rema 1000
9. Minirisk Sollotion SPF 15	200	64,95	Fakta
10. Änglamark sollotion SPF 15	200	69,95	Kvick, Superbrugsen, prisen i dagligbrugsen er 71,95
11. Änglamark solspray SPF 15	200	79,95	Kvick, Superbrugsen, prisen i dagligbrugsen er 80,95
12. Apotekets Sol lotion SPF 15	200	99,95	Landets apoteker, samt apotekernes.dk
13. Apotekets Solspray SPF 15	200	109,95	Landets apoteker, samt apotekernes.dk
14. Apotekets Solcreme-Ansig	100	74,95	Landets apoteker, samt apotekernes.dk

SOLCREME GUIDE!



Find listen over alle solcremer med Den Blå Krans på www.astma-allergi.dk/bonus-info eller scan koden her:



1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14.