

Nældefeber er ikke for sjov

En femtedel af alle danskere vil opleve udbrud af nældefeber på et eller andet tidspunkt i deres liv, og det voldsomt kløende eksem kan drive folk, der er hårdt ramt, til randen af vanvid. Heldigvis er nældefeber ikke farligt, men det kan være svært at finde årsagen, og den forveksles ofte med allergi, hvilket kun i sjældne tilfælde er forklaringen. Det kan føre til forkert behandling og frustrerede patienter.

TEKST: FIE KRØYER DAHL

Pludselig er den der. Nældefeberen. Den vandrer rundt som hvileløse plamager af ubehag og får huden til at hæve og klø. Den kan blive hængende i alt fra et par dage til måneder eller år, og selvom den som udgangspunkt ikke er farlig, er den til stor gene for dem, den opstår hos.

Det fortæller professor Christian Vestergaard, som er ledende overlæge på den nyoprettede hudafdeling på Aalborg Universitetshospital. Han har igennem en lang årrække behandlet patienter med nældefe-



FOTO: DAGENS MEDICIN

Det er ikke som ved allergi, hvor man kan sørge for at undgå det, man ikke kan tåle, for man ved jo ofte ikke, hvad der udløser nældefeberen.

Christian Vestergaard, professor og hudlæge

ber, i fagsprog kaldet urticaria, og han har set alle afskygninger af den autoimmune sygdom. Og den er ikke for sjov.

– Folk er meget påvirkede på deres livskvalitet. På arbejdet ved de aldrig, hvornår det bryder ud – om det sker midt i et møde, eller mens de står over for en kunde. De ved ikke, hvornår de hæver op, og det klør helt vildt. Og man har jo ikke lyst til at fremstå uhygiejnisk og sidde og kradse sig, som om man har lopper.

Konsekvenserne af nældefeber kan også være, at man ikke deltager i sport og sociale arrangementer, og også sex kan være en udfordring. På alle parametre trækker sygdommen altså nedad i forhold til livskvalitet, og ifølge Christian Vestergaard er nogle nældefeberramte endda selvmordstruede.

Som en tur i nældeerne

Undersøgelser anslår, at cirka 20 procent af alle danskere vil blive ramt af nældefeber på et eller andet tidspunkt i deres liv. Alle kan få det, fra helt små børn til ældre mennesker, og det rammer begge køn, dog flest kvinder. Størstedelen oplever kun nældefeber en enkelt gang, for andre er den et tilbagevendende fænomen, mens nogle må døje med den konstant. For at kunne skelne mellem de meget varierende tilfælde inddeler man nældefeber i to kategorier: Akut nældefeber, der varer mindre end seks uger, og kronisk, der varer mere end seks uger.

Både kronisk og akut kan opstå som følge af fx varme-, kulde- og trykpåvirkninger, eller fordi man har en infektion i kroppen. Nældefeberen kan også være et symptom på al-

lergi, hvis man er blevet udsat for noget, man ikke kan tåle, fx medicin eller fødevarer. Og endelig kan man populært sagt være allergisk over for sig selv. Det skyldes kort fortalt, at man har nogle specifikke antistoffer i kroppen, som er skyld i udbruddene. Det er også tydeligt, at stress kan trigge det. Men i de fleste tilfælde er årsagen til den enkelte persons udbrud ukendt.

Ifølge Christian Vestergaard er den kroniske nældefeber den mest problematiske, og der kan være både angst og utryghed forbundet med sygdommen.

– Det er et svært handicap. Det klør, og mange oplever en manglende forståelse for, hvor alvorligt det faktisk kan være at have nældefeber. Det er virkelig anstrengende at klø, og folk, der ikke har prøvet det, kan ikke sætte sig ind i det. Det kan være intenst og generende i dagligdagen. Forestil dig, at du bliver rullet rundt i et brændenældebed, og så skal du kapere det bagefter. Oven i det aner folk ikke, hvornår det kommer, forklarer Christian Vestergaard.

Hvad er der galt med mig?

Når Christian Vestergaard første gang møder sine patienter på sygehuset, har de typisk været igennem en årelang frustrerende rejse i sundhedsvæsenet. De er startet hos egen læge og er ofte blevet udredt for alle former for allergier, fordi nældefeberen ofte forveksles med symptomer på allergi. I nogle tilfælde er det korrekt nok en allergisk reaktion, men det er langt fra sikkert. Mange har også uden effekt afprøvet alternative behandlingsformer og været på diverse diæter for at komme udslættet til livs. Så

World Urticaria Day den 1. oktober 2018

Astma-Allergi Danmarks Rådgivning har ekstraordinært åbent mellem 16 og 18. Ring på 43 43 42 99, og få råd og vejledning om nældefeber eller allergi, høfeber, astma og eksem.

Astma-Allergi Danmark sætter fokus på nældefeber

Den 1. oktober 2018 er det World Urticaria Day. I den anledning har Astma-Allergi Danmark lavet en kort film, hvor en række danskere fortæller om livet med nældefeber. Se den på vores Facebook-side, på vores YouTube-kanal eller på www.astma-allergi.dk!

når de træder ind på sygehuset og møder nogen, der ved, hvad de fejler, kan de endelig ånde lettet op.

– Det første, folk spørger om, er: ”har du nogensinde set sådan en som mig”? De spørger ikke, om de dør eller har kræft. De er ved at blive tossede over ikke at kunne finde ud af, hvad der er galt med dem. Og vi kan heldigvis fortælle dem, at vi godt ved, hvad det er. Vi kan give deres symptomer et navn og behandle dem, siger Christian Vestergaard.

Der er ingen kur

Faktisk er symptombehandling det eneste, man kan gøre ved nældefeber, indtil den ”brænder ud” af sig selv. Den almindelige behandling for nældefeber, som skal tilrettelægges sammen med ens læge, er at give firedobbelt-dosis antihistamin. I langt de fleste tilfælde kan det holde nældefeberen nede, så den ikke ge-

nerer folk i hverdagen. I svære tilfælde kan biologisk medicin, som også bruges til behandling af svær astma, være effektivt. Men der findes ingen kur, der helbreder. Det er ikke som ved allergi, hvor man kan sørge for at undgå det, man ikke kan tåle, for man ved jo ofte ikke, hvad der udløser nældefeberen. Og det kan være frustrerende ikke selv at kunne gøre noget for at undgå udbrud. Derfor er det vigtigt, at patienterne føler sig hørt, og en stor del af udredningen handler derfor også om at lytte til patienternes historier, siger Christian Vestergaard:

– De er meget alene med det. Mange ville helt sikkert have glæde af psykologhjælp i forhold til at håndtere det at have en kronisk sygdom og alle de tanker og bekymringer, der følger med det. Men heldigvis kan symptomerne holdes nede, og de fleste patienter slipper af med deres nældefeber før eller senere. ●

HUDLÆGE CHRISTIAN VESTERGAARDS RÅD:

Det skal du gøre ved mistanke om nældefeber

- Tag masser af billeder! Det er så godt med et billede, fordi det gør det meget nemmere for lægen at stille diagnosen.
- Gå til din egen læge først, og forklar ham eller hende om dine symptomer. Så kan du eventuelt blive henvist til en hudlæge.
- Lad være med at gå i gang med diverse diæter. Det er krævende og resultatløst, og derudover er det stressende for dig – og stress kan trigge nældefeber.
- Vær opmærksom på, at der desværre ikke findes en test, der kan kortlægge årsagen til den enkelte persons nældefeber (med mindre den kommer, fordi man er allergisk over for noget, hvilket er sjældent).
- Læg mærke til, hvad der eventuelt kan udløse nældefeberen. Har du været udsat for varme/kulde? Er du ved at blive syg, eller har du været det? På den måde kan man forsøge at finde et mønster og blive klogere på, hvad der trigger nældefeberen.

