

Håndeksem hos tandfaglige

Sådan holder du din hud sund med “De 5 Hudbud”

Håndeksem hos tandfaglige



**Anne Mette
Stougaard**

DENTAL
INSIGHTS



**Christian
Riemer**

NØIE



**Eva Aagaard
Jørgensen**

Tandlæge

Hvorfor taler vi om håndeksem?

Håndeksem er en kronisk sygdom

Håndeksem er en kronisk sygdom

522 patienter fulgt i 5 år

Patienter, der stadig havde eksem:

Efter 1 år: 81%

Efter 5 år: 65%

Følgenvirkninger af kronisk håndeksem

- Sygemelding 57%
- Jobskifte 44%
- Pension 15%
- Nedsat livskvalitet 72%

Risikofaktorer for prognosen af håndeksem

Risikofaktorer for dårlig prognose

- Udbredt eksem ved første konsultation
- Hudallergi
- Børneeksem (atopisk eksem)
- Alder over 50 år
- Ufaglærte
- Fødevarerrelateret eksem
- Lang tid om at søge læge

Hvad er håndeksem?

Hvad er håndeksem?

Håndeksem

- Irritationstilstand i huden.
- Kløe og rødme, og evt. væskeholdige blærer.
- Udvikler sig meget forskelligt fra person til person.

Hvem får håndeksem?

- Hver 10. voksne dansker har håndeksem.
- Opstår ofte før 20-års alderen.
- Ses hyppigere hos kvinder.

Hvorfor opstår håndeksem?

- **Irritativt håndeksem**

Håndeksem kan opstå fordi hænderne udsættes for påvirkninger, der irriterer huden, fx fugtigt arbejde, sæbe og rengøringsmidler, madvarer, forskellige kemikalier, olieprodukter eller fysiske påvirkninger, der slider på huden.

- **Allergisk håndeksem**

Håndeksem kan også skyldes allergi over for stoffer, man er i kontakt med i dagligdagen, fx metaller, konserveringsmidler, parfume og limstoffer. Diagnosen kan stilles med en allergitest.

Der er forskel på hvor sarte vi er

Der er stor forskel på hvor sarte hænderne er over for kontakt med hudirriterende stoffer.

15-20% af befolkningen har atopisk eksem (også kaldet børneeksem), som er en medfødt tilbøjelighed til eksem med tendens til tør hud og let til kløe

Behandling af håndeksem

Behandling af håndeksem

- Oftest binyrebarkhormoncremer og -salver.
- Evt. lysbehandling.
- Evt. immundæmpende tabletter.
- Antibiotika ved infektion af eksemet.
- Daglig brug af fugtighedscreme.

Hvis man har mistanke om at eksemet helt eller delvist skyldes arbejdet, skal det meldes til Arbejdsmarkedets Erhvervssikring (tidl. Arbejdsskadestyrelsen).

Er håndeksem et problem blandt tandfaglige?



Hudproblemer hos forskellige faggrupper

Hudproblemer inden for det sidste år

56,1% Frisører

32,1% Malere

24,7% Klinikassistenter

17,9% Tandlæger, dyrlæger, farmaceuter

11,2% Revisorer



Håndeksem hos tandplejepersonale

15-46% af tandplejepersonale fra diverse lande har arbejdsrelateret håndeksem, og nogle lande lå endnu højere. Antallet har været i konstant stigning de sidste to årtier.

Kilde: Occupational contact dermatitis amongst dentists and dental technicians - a review, Acta Clin Croat, 2016

36.2% af tandplejepersonale havde haft håndeksem det seneste år.
46.4% af tandplejepersonale havde livslang historik med kronisk håndeksem.

Kilde: Self-reported hand eczema among dental workers in Japan - a cross-sectional study, Contact Dermatitis 2016



Håndeksem og allergi hos tandteknikere

37,6% af tandteknikere med eksem havde allergi, især over for akrylater.

Kilde: Methacrylate and acrylate allergy in dental personnel, Contact Dermatitis 2007.

Tandteknikere har **dobbelt så stor risiko** for håndeksem som den almene befolkning.

Kilde: Occupational skin exposure and hand eczema among dental technicians - need for improved prevention, Scand J Work Environ Health 2006



Årsager til håndeksem hos tandplejepersonale

Irritativt håndeksem skyldes oftest:

- Hyppig håndvask (vådt arbejde)
 - Vådt arbejde = 2 timers hudkontakt med væsker eller 20 håndvaske på en arbejdsdag.
- Brug af handsker

Allergisk håndeksem skyldes oftest:

- Latex og gummikemikalier (acceleratorer) i handsker
- Akryl
- Plast
- Metaller
 - **20% af tandlægeinstrumenter frigiver nikkel.**
Kilde: REACH 2014, Videnscenter for Allergi 2019



Introduktion til NØIE

Hvem er NØIE og hvordan er vi anderledes?

NØIEs udvikling og historie



2016 - HelloSkin

NØIE startede i 2016 oprindeligt som et **forskningsprojekt under LEO Pharma** kaldet HelloSkin

Undersøgelse af produkters virkning og ensartning af anbefalinger til basalpleje mod hudsygdomme



2019 - NØIE

I 2019 blev NØIE spundet ud af LEO Pharma som selvstændig virksomhed og producent af kosmetik og medicinsk udstyr

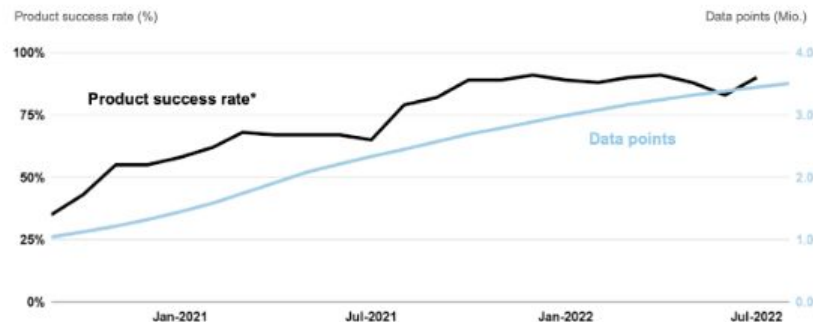
Personaliseret og datadreven tilgang til udvikling og anbefaling af produkter indenfor udvalgte målgrupper

Tildeling og effekt af rutinerne forbedres, jo mere data NØIE modtager

Hos NØIE betragter vi ikke en hudsygdom for en endelig diagnose eller tilstand, men i stedet kigger vi på fænotypen eller med andre ord - hvordan manifesterer sygdommen sig.

Vi erkender ikke at have den endegyldige løsning, men arbejde løbende på at forstå og forbedre af vores produkters målgruppe.

Med andre ord er NØIE samspillet mellem brugeren, machine learning, og menneskelig tolkning



* Derived from explicit 30-day feedback - this is excluding repeat orders that didn't give feedback, as it would yield an even higher success rate

Hvad er eksem egentlig?

Eksem er en autoimmune sygdom og kan dermed ikke kureres, dog kan det lindres og holdes nede via pleje, behandling og ikke mindst forholdsregler.

Årsagen kan skyldes genetisk disponering, medicinsk tilstand eller eksponering overfor triggers.

Eksem er den hyppigste hudsygdom og rammer 20% af alle børn indenfor de første 2 leveår, mens 5% af den voksne befolkning er berørt.

Personer med eksem har samtidig større tilbøjelighed til at have høfeber og astma, og visa versa.



Hvad er håndeksem?

Håndeksem er en inflammatorisk hudsygdom, som adskiller sig lidt fra andre øvrige eksemformer.

Oftest opstående i voksenlivet

Sjældent genetisk disponering

Kraftigt påvirker af det omkringværende miljø

Kliniske kendetegn

- Rødme på huden
- Blærer og væsken i den akutte fase samt
- Tørhed, revner, skældannelse og fortykket hud i den kroniske fase
- Kløe, svie og brændende smerter



Er håndeksem bare håndeksem?

På ingen måde!

Klassiske kliniske typer af håndeksem

- Kronisk fissureret eksem
- Recidiverende vesikuløst eksem
- Hyperkeratotisk palmart eksem
- Pulpit
- Interdigitalt eksem
- Nummulat eksem

Endvidere besidder hver subdiagnose et bredt spektra af symptomer af varierende grad, dette stiller naturligvis forskellige krav til basalpleje og overordnet behandling...

... og præcis derfor mener vi hos NØIE, at håndeksem **ikke blot** er at betragte som håndeksem.



Hvorfor er det tandfaglige personel ekstra udsatte?

Arbejdsdagen er præget af repeterende arbejde, hvor man konstant er påvirket og under indflydelse af triggere.

Endvidere ligger der også en vis predisponering blandt ansatte i slut 20'erne og oppefter, og i særdeleshed blandt det kvindelige personel.

I kraft af at hænderne ligeledes er fagets primære "værktøj" er konsekvenserne også endnu større når man berøres.

n = 522 patients fra på tværs af faggrupper

57% haft sygemeldinger

72% oplevet nedsat livskvalitet

44% nødsaget til jobskifte

Kilder: Videnscenter for Allergi

FØR NØIE

EFTER



De 5 hudbud

Gode råd til at forebygge og lindre

1. Håndvask

- **Brug milde, parfumefri sæber** og produkter for at undgå yderligere irritation
- **Alkoholbaserede desinfektionsmidler** kan anvendes i stedet for sæbevask, når hænderne ikke er synligt snavsede
- **Vask hænder i køligt vand**, skyl og tør dem forsigtigt men godt
- **Brug fugtighedscreme** lige efter håndvask



2. Handsker

- **Brug handsker, når det er nødvendigt,** men så kort tid som muligt
 - F.eks. når du arbejder med allergifremkaldende stoffer eller vand for at beskytte huden
- **Brug bomuldshandsker** under beskyttelseshandsker - *begrænsende*
- Handskerne skal være **intakte, rene og tørre**



3. Hudpleje

- **Brug en fugtighedscreme med højt fedtindhold** (d.v.s. over 40%) og uden parfume dagligt for at holde huden hydreret og forhindre tørhed, lettere kan gøre det i løbet af dagen
- Find en creme som fungerer for din hud
- **Hudens behov ændre sig med årstiderne** - ofte brug for en mere fugtgivende og drøj creme om vinteren



4. Triggers

Undgå at komme i berøring med kendte triggere, såsom visse allergifremkaldende stoffer som bl.a. findes i

- Plastmaterialer og akryl (uhærdet)
- Desinfektionsprodukter (glutaraldehyd, formaldehyd)
- Cementser (eugenol)
- Indholdsstoffer i handsker (latex og acceleratore)
- Metaller i dentalmaterialer, bøjler og håndinstrumenter (nikkel mv.)
- Fluorlak (kolofonium også kaldet resin/harpiks)
- Rengøringsagenter



Allergi over for akrylat med eksem på fingerspidserne

5. Hverdag og vaner

- **Undgå ekstreme temperaturer**, da meget varmt eller koldt vejr kan udtørre huden og forværre eksem
- **Undgå at klø og kradse i huden**, da det kan gøre eksem værre og føre til infektion
- **Prøv at reducere stress**, da stress kan forværre eksemsymptomer
- **Kortere og koldere bade og håndvask**, samt efterfølgende liberal brug af fugtighedscreme
- **Tal med din arbejdsplads om situationen**



Gældende praksis og behandling

- **Søg lægehjælp** og i svære tilfælde behandling hos en dermatolog
- Vigtigt, at blive **udredt for allergi**, og får en **præcis diagnose**, så man ved hvad der har udløst håndeksemet såfremt det ikke er genetisk

Typiske pleje- og behandlingsmuligheder

- Fugtighedscreme og salve - bør **altid** være basal plejen
- Hormoncreme (binyrebakhormon i forskellig styrker) - **tidsbegrænset**
- Systemisk behandling med tabletter (azathioprin eller methotrexat) - svære tilfælde
- Lysbehandling - alternativ til medicinsk behandling



Tak for i dag!

Tag hudtesten på Noie.dk og få **15% rabat på engangskøb** i februar med koden **"Dental15"**

Tilmeld dig nyhedsbrevet Dental Insights på www.annemettestougaard.dk

De tandfagliges 5 hudbud

Gode råd til at forebygge og lindre



1 Håndvask

- Brug milde, parfumefri sæber eller håndsprit med glycerol
- Vask hænder i køligt vand
- Brug fugtighedscreme efter håndvask, ved pause og efter arbejde

3 Hudpleje

- Brug dagligt en fugtighedscreme med højt fedtindhold (d.v.s. over 40%) og uden parfume
- Find den rigtige creme for din hud
- Vær opmærksom på skiftende årstider og et behov for mere fugtgivende creme om vinteren

5 Hverdag og vaner

- Undgå ekstreme temperaturer (både varme og kulde)
- Undgå at klø og kradse i huden
- Prøv at reducere stress
- Kortere og koldere bade og håndvask - efterfulgt af liberal brug af fugtighedscreme

2 Handsker

- Brug handsker som nødvendigt, f.eks. ved arbejde med allergifremkaldende stoffer eller vand
- Brug acceleratorfri handsker (uden f.eks. thiuram, carbamat og mercapto)
- Brug ideelt bomuldshandsker under beskyttelseshandsker
- Undgå latexhandsker og pudder, hvis du har håndeksem

4 Triggers

- Sørg for at gennemhærde plastmaterialer og akryl
- Brug "no touch"-teknik ved akryl-arbejde
- Skift handsker ved kontaminering med uuhærdet akryl
- Brug stærkt sug til begrænsning af aerosoler

Undgå berøring med kendte triggere - der findes allergifremkaldende stoffer i bl.a.:

Plastmaterialer og akryl (uhærdet)

Desinfektionsprodukter (glutaraldehyd, formaldehyd)

Cementer (eugenol)

Indholdsstoffer i handsker (latex og accelerators)

Metaller i dentalmaterialer, bøjler, og håndinstrumenter (nikkel, kobalt, krom, palladium, guld og amalgam)

Fluorlak (kolofonium også kaldet resin/harpiks)

Rengøringsmidler

 **Dental
Insights**

www.annemettestougaard.dk
info@annemettestougaard.dk



www.noie.dk
hello@noie.dk