

# Acne vulgaris – hva bør du vite?

## Hva bør en farmasøyt kjenne til – og hva kan du gjøre?

*Acne vulgaris rammer omtrent 80 prosent av alle tenåringer, og hos en del varer det godt inn i voksenlivet. Det er en kronisk, inflammatorisk hudsykdom i talgrike hudområder i ansikt og/eller på overkropp. Målet med behandlingen er et godt kosmetisk resultat og god livskvalitet, å forebygge cystedannelse, pigmentdannelse og varig arrdannelse og å unngå psykologiske problemer sekundært til komplikasjonene. Farmasøyten kan hjelpe pasienten til å oppsøke sin fastlege for en vurdering, øke bevisstheten om viktigheten av riktig og langvarig behandling, bidra med informasjon om bivirkninger – og gjennom dette bidra til bedre etterlevelse og bedre resultatoppnåelse hos pasientene.*

### FAKTA OM AKNE

Acne vulgaris deles inn i tre stadier etter antall lesjoner: Mild, moderat og alvorlig akne. Arrdannende akne inngår blant de med alvorlig acne vulgaris.

#### Komedoner

Komedoner kalles ofte hudormer. Komedoner skyldes opphopning av talg og keratin fra avstøtte (døde) hudceller. Åpne komedoner kalles utvidete porer, og har en gråsort farge fra hudens pigment (melanin) i åpningen. Lukkede komedoner er keratinpropper med lukket åpning.

#### Arrdannende akne

Akne som medfører arr i huden bør vurderes av pasientens fastlege. Det samme gjelder akne som medfører psykososial belastning for pasienten.

### Vil du vite mer?

#### Retningslinjer

Antibiotikabruk i primærhelsetjenesten  
[www.helsedirektoratet.no](http://www.helsedirektoratet.no)

**TEKST:** Christine L. Bandlien, overlege, spesialist i klinisk farmakologi og allmennmedisin, RELIS Midt-Norge

### Vanligste symptomer og utløsende faktorer

- Åpne komedoner (gråsorte)
- Lukkede komedoner (hvite)
- Røde knuter/hevelser
- Gule, pussfylte lesjoner
- Ved alvorlig akne: Cyster, større knuter i huden, arr

#### Fire årsaker til utvikling av akne

- Komedondannelse
- Økt talgproduksjon
- Bakteriekolonisering (*Cutibacterium acnes*, *C. acnes*, tidligere kalt *Propionibacterium acnes*)
- Inflammasjon

#### Hjemmebehandling – tips

- Vask med lunnet vann
- Eventuelt mild såpe (pH 5,5–6,5)
- Unngå fete kremer
- Vannbaserte produkter ved bruk av kosmetikk
- Unngå å klemme på kviser (arr)
- Sol kan gi forverring i ettertid

#### Lokalbehandling – tips

- Fet hud: gel/oppløsning
- Tørr hud: krem/salve/lotion
- Behandle all hud i området
- Unngå adapalen nær munnen
- Unngå adapalen daglig i starten
- Bevisstgjøre om antibiotikaresistens ved kombinasjon med antibiotika

### Behandling av acne vulgaris

Lang behandlingstid er viktig, og kombinasjoner av ulike typer lokalbehandling er ofte nødvendig. Lokalbehandling med benzoylperoksid, lokale retinoider eller azelainsyre kan også bidra til redusert bruk av antibiotika og mindre resistensutvikling. Lokalbehandling skal videreføres ved behandling med peroral antibiotika, men ikke ved isotretinoinbehandling. Vedlikeholdsbehandling med lokale midler er viktig etter all avsluttet systemisk behandling.

Peroral antibiotika er aktuelt ved moderat til alvorlig papulopustuløs akne uten effekt av godt utprøvd lokalbehandling i minst tre måneder. Det er lavere terskel enn tidligere for å starte med isotretinoinbehandling.

### Hvordan kan farmasøyster bidra?

#### Informasjon ved lokalbehandling

- Alle typer: Forbigående bivirkninger som tørr hud, rødhet, flassing eller svie i huden
- Adapalen: Unngå bruk i sollys
- Benzoylperoksid: Avfarger klær, bruk hvite klær/håndklær/sengetøy

#### Informasjon ved systemisk behandling

##### Antibiotika:

- Tetrasykliner: Unngå sollys
- Peroral antibiotika: Antibiotikaresistens ved feilbruk / følg legens råd
- Tetrasyklin og isotretinoin: Unngå samtidig bruk (2–3 dager opphold)

##### Isotretinoin:

- Anbefal fuktighetskrem og leppebalsam grunnet uttørking av huden
- Unngå lokale aknemidler ved oppstart isotretinoin
- Lokale aknemidler etter avsluttet kur med isotretinoin bør avtales med lege
- Teratogen, krav om samtidig prevensjon

##### P-piller med antiandrogener:

- Økt risiko for blodpropp sammenliknet med andre p-piller
- Kun akne som indikasjon for bruk, ikke behovet for prevensjon