

Om bad och dusch

Vid vår behandlingsavdelning på Hudkliniken utförs

Desinficerande bad:

Tillsätt cirka 1 dl 3%-ig kaliumpermanganatlösning i badvattnet. Detta desinficerar infekterad hud och har även en klådstillande effekt. Hud, hår och naglar blir lätt missfärgade (bruna) men detta försvinner efter att badbehandlingen avslutas. Du ska inte duscha efter badet. Rekommenderas inte i hemmet då det missfärgar emaljen i badkaret.

Råd och tips:

Hemma kan du använda mjukgörande dusch- och badkräm samt badolja vilket finns att köpa på apoteket.

Om du inte har badkar: Duscha, smörj in kroppen med duschbadolja, duscha igen och smörj in dig med mjukgörande kräm alternativt ordinerad behandling.

Hud-Reuma-Infektion
Hudkliniken
08-123 550 00

Okt 2016/VI



Danderyds Sjukhus
I TRYGGA, SÄKRA HÄNDER

Patientinformation

Egenvård

Mjukgörande krämer

Hudkliniken



Danderyds Sjukhus
I TRYGGA, SÄKRA HÄNDER

Om mjukgörande krämer

Att dagligen använda mjukgörande krämer är en viktig del av din hudbehandling för att hålla huden mjuk och smidig. När huden är mjuk och smidig ökar ditt välbefinnande och kan förebygga nya utbrott av din hudsjukdom.

Mjukgörande kräm ska användas i kombination med annan behandling exempelvis ljus, kortikosteroider etc och alltid som egenvård efter avslutad behandling.

Vi har flera typer av mjukgörande krämer. Prova gärna olika tills du hittar en kräm som passar just dig.

Mjukgörande krämer

Kräm	Effekt
Canoderm karbamid 5 %	Återfuktande
Monilen (karbamid)	Återfuktande
Miniderm glycerol 20 %	Återfuktande
Locobase LPL (propylenglycol/mjölksyra)	Avfjällande
Lotion	
Canoderm karbamid 5 % kutan emulsion	Återfuktande
Propyless kutan lösning (propylenglycol 20 %)	Återfuktande

Råd och tips

- Smörj huden dagligen, helst både morgon och kväll
- Smörj gärna mjukgörande kräm i kombination med kortikosteroidbehandling (först kortison, sedan mjukgörande).
- Använd en fet kräm på mycket torra områden (armbågar, knän, händer och fötter).
- Gör gärna en ocklusionsbehandling av torra händer och fötter; smörj in dem med en fet kräm och sätt på plasthandskar/plastpåsar och ***låt verka i minst 30 minuter!***

Kort om mjukgörande krämers bas

Lotion: En bas som består av mycket vatten och lite fett.

Kräm: En bas som består av mera vatten än fett, men som oftast är tillräckligt fet för daglig vård av torr hud.

Feta krämer: En bas som består för det mesta av fett. Används på torra områden såsom händer, fötter, knän och armbågar. Feta krämer kan av och till bli för tätt (ocklusivt) för huden och då ökar klådan.