

Atooppinen ekseema

Miten hoidan

Leena Koulu

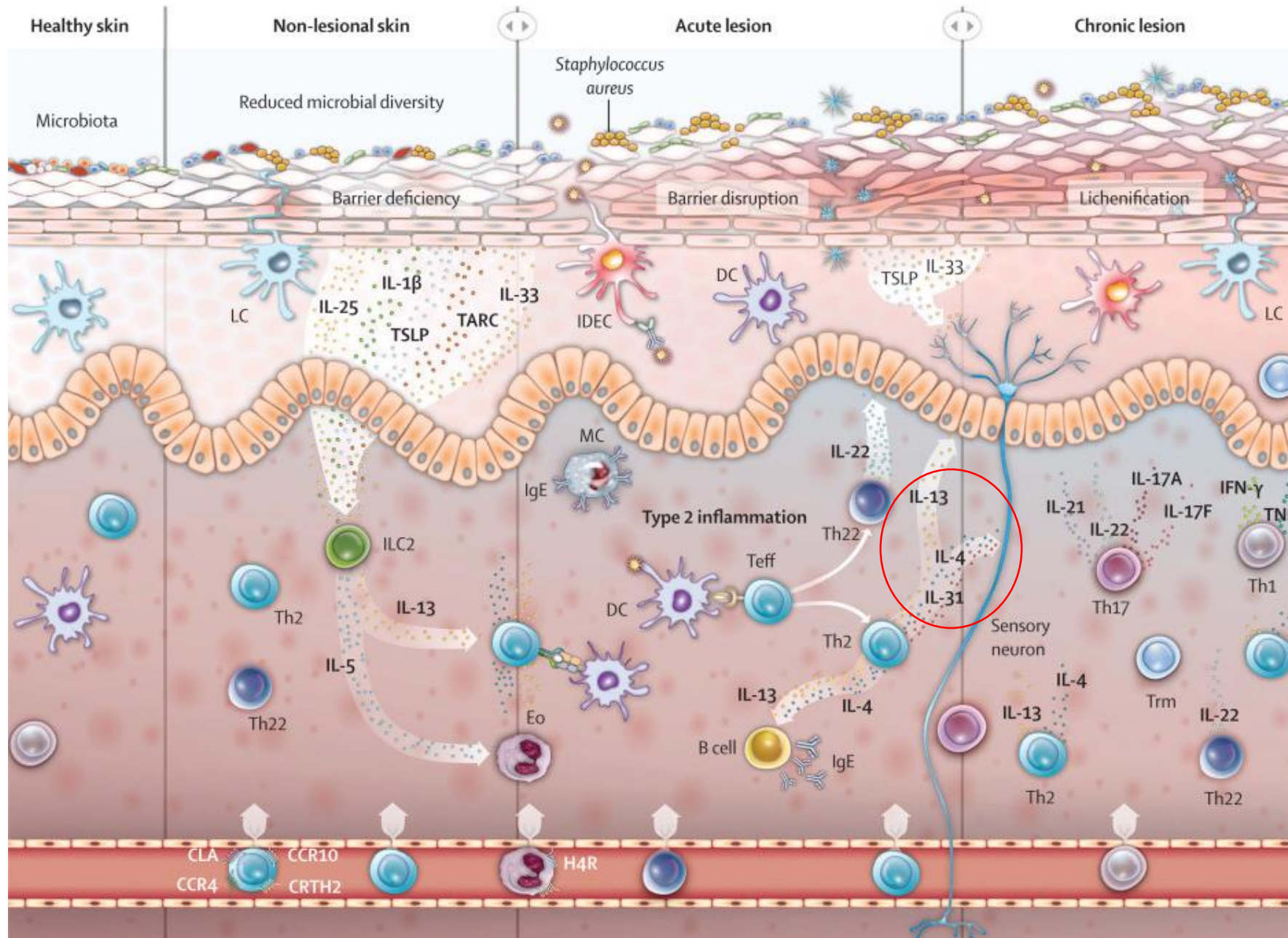
10.11.2022

Turun XXXIX Lääketiedepäivät

Sidonnaisuudet

- Asiantuntija: AbbVie, Boehringer Ingelheim, Bristol-Myers Squibb, Eli Lilly, Janssen-Cilag, Leo Pharma, Perrigo, Pfizer, Sanofi, UCB Pharma
- Atooppisen ekseeman Käypä hoito –työryhmän vetäjä
- Esityksen lähdeaineisto on atooppisen ekseeman KH-suositus vuodelta 2016 ja oma kliininen kokemus.

Atooppisessa ekseemassa on käynnissä useita toisiaan voimistavia mekanismeja.



Langan SM, Irvine AD & Weidinger S: Atopic dermatitis. Lancet 2020;396:345-360.

”Kutiseviin kahleisiin sidottu”

- Atooppinen ekseema on aina **kutiseva** – ilman kutinaa ilmenevä ihottuma ei ole atooppista ekseemaa.
- Ihon sensoriset hermosolut välittävät kutinasignaalin aivoihin. Atooppisessa ihossa sensorisia hermosoluja on osoitettu olevan normaalia tiheämmässä.
- Merkittävimpiä atooppisen ekseeman pruritogeenejä näyttäisivät olevan tyypin 2 tulehdussytokiinit kuten IL-4, IL-13 ja IL-31.
- **Ihottuman tehokas paikallishoito lievittää parhaiten atooppisen ekseeman kutinaa.** (Vältä viisaasti – antihistamiinit)
- Ihon **kipu ja aristus** ovat merkittäviä atooppisen ekseeman oireita.

From "What's the matter with you?" to **"What matters to you?"**

Omahoido on atooppisen ekseeman hoidon kulmakivi

- Omahoidoon kuuluvat aina **perusvoiteet ja lääkevoiteet** lääkärin ohjeiden mukaan, ja ihottumaa pahentavien tekijöiden välttäminen.
- Päivittäinen **pesu** vedellä ja tarvittaessa saippualla ei pahenna atooppista ekseemaa.
- **Potilasohjauksella** voidaan parantaa atooppisen ekseeman hoidon onnistumista. Sen avulla on ollut mahdollista lisätä perusvoiteiden asianmukaista käyttöä.

Perusvoiteilla hoidetaan ihon kuivuutta

- Perusvoiteet voidaan jaotella tavanomaisiin perusvoiteisiin ja perusvoiteisiin, jotka sisältävät ihoon kosteutta sitovia aineita eli humektantteja (mm. karbamidi, glyseroli ja propyleeniglykoli).
- Perusvoiteita käytetään sitomaan ihoon kosteutta sekä pehmentämään ja suojaamaan ihoa. Tavoitteena on ekseeman parempi hallinta ja uusiutumisen ehkäisy.
- Perusvoiteet ilmeisesti vähentävät atooppisen ekseeman oireita ja myös parantavat ihon suojaominaisuuksia.
- **Voidetyypin valinta riippuu yksilöllisistä tekijöistä.**
- Niin sanotusta **takyfylaksiasta** eli ihon ”väsymisestä” yhteen perusvoiteeseen pidemmän käytön aikana ei ole näyttöä.
- ”Pitkäaikaisen ihotaudin hoitoon” kaikkien ihoalueiden voiteluun kuluu aikuisella 1.0 – 1.5 kiloa perusvoidetta kuukaudessa.

Paikalliskortikosteroidit

- Paikalliskortikosteroidit ovat atooppisen ekseeman tärkeimmät lääkkeet.
- Paikalliskortikosteroideja käytetään **jaksoittain**, yleensä **1-2 viikon yhtämittaisina kuureina**, minkä jälkeen voidaan tarvittaessa jatkaa 2 kertaa viikossa **ylläpitohoitona** usean kuukauden ajan.
- Kuurin jälkeinen ylläpitohoito paikallisella vahvalla kortikosteroidilla (vartalo ja raajat) 2 kertaa viikossa näyttää estävän atooppisen ekseeman relapsia ilman ei-toivottua ihon ohenemaa.
- Keskivahvaa tai vahvaa kortikosteroidia käytetään kerran päivässä. Ei ole näyttöä, että useampi voitelukerta lisää hoidon tehoa.
- Pelkkä kortikosteroidivoide vähentää ihon stafylokokkeja. Mitä vahvempi kortikosteroidi on, sitä tehokkaammin bakteeripitoisuus saadaan pienehenemään.

Taulukko 1. Paikalliskortikosteroidien luokittelu vaikutuksen voimakkuuden mukaan **1**.

Miedot paikalliskortikosteroidit	Keskivahvat paikalliskortikosteroidit	Vahvat paikalliskortikosteroidit	Erittäin vahvat paikalliskortikosteroidit
Hydrokortisoni	Hydrokortisoni-17-butyraatti	Beetametasoni	Klobetasoli
	Klobetasoni	Metyyliprednisoloni-aseponaatti	
	Desonidi	Mometasoni	
		Desoksimetasoni	

Taulukko 1. Työryhmän suositus siitä, mitä kortikosteroidivoidetta käytetään aikuisilla millekin alueelle

Alue	Ryhmä
Kasvot, kaula ja genitaalit	Luokka I (harkiten II)
Taipeet	Luokat I–II (harkiten III)
Raajat	Luokat I–III
Hiuspohja	Luokat I–III (harkiten IV)
Kämmenet	Luokat I–III (harkiten IV)
Jalkapohjat	Luokat II–III (harkiten IV)

Luokka I = miedot kortikosteroidit

Luokka II = keskivahvat

Luokka III = vahvat, Luokka

IV = erittäin vahvat

Ks. tarkemmin Duodecimin lääketietokanta, vaatii käyttöoikeuden.

Erittäin vahvoja paikalliskortikosteroideja ei yleensä käytetä atooppisen ekseeman hoitoon.

Kalsineuriinin estäjät (takrolimuusi ja pimekrolimuusi)

- Jos paikalliskortikosteroidilla ei saada riittävää pitkäaikaista vastetta, käytetään takrolimuusivoidetta tai pimekrolimuusiemulsiovoidetta ohuelti ekseema-alueille kahdesti päivässä, kunnes ekseema on parantunut.
- Takrolimuusivoidetta voidaan käyttää 2-3 kertaa viikossa ekseeman pahenemisvaiheiden estoon.
- Pimekrolimuusin käyttöaihe on lievä tai keskivaikea atooppinen ekseema 3 kuukauden iästä alkaen.
- Takrolimuusin käyttöaihe on keskivaikea tai vaikea atooppinen ekseema 2 vuoden iästä alkaen.
- Ohuet ihoalueet ja erityisesti silmäluomet: ensisijainen hoito.
- Pahenemisvaiheiden hoito kortikosteroidilla.
- Nykytiedon perusteella ei ole voitu osoittaa syöpäriskin lisääntyneen merkittävästi kalsineuriinin estäjien käytön yhteydessä.
- Käyttöön ei yleensä liity ihon bakteeri-, virus- tai sieni-infektioiden lisääntymistä.
- B-lausunto, lausunto voidaan uusia perusterveydenhuollossa.

Vakiintumattomat ja vaihtoehtoiset hoidot

- Ihotautipotilaat käyttävät paljon vakiintumattomia ja vaihtoehtoisia hoitoja. Käytön elinikäinen esiintyvyys eri tutkimuksissa on ollut 35-69 %.
- Lähetteellä yliopistoklinikkaan tulleista atooppista ekseemaa sairastavista potilaista 50 % käytti myös vaihtoehtoisia hoitoja ihottumaansa. Irlannissa lähetteellä ihotautiklinikkaan tulleista atooppista ekseemaa sairastavista lapsista 42,5 %:lle oli käytetty vaihtoehtoisia hoitoja.
- Tyytymättömyys tavanomaisiin hoitoihin ja turhautuminen atooppisen ekseeman krooniseen luonteeseen ovat olleet syitä kokeilla vaihtoehtoisia hoitoja.
- Kannattaa kysyä anamneesissa. Voisiko huono hoitovaste tavanomaisille hoidoille liittyä tähän?

Käsien atooppinen ekseema

- Atooppisen ekseeman yksi tyyppipaikka on kädet. **Käsi-ihottumaan on tärkeä puuttua varhaisvaiheessa ennen ekseeman kroonistumista.**
- Käsiekseeman hoidossa tarvitaan usein vahvoja III ryhmän kortikosteroidivoiteita. Kuurit ovat pidempiä kuin muilla ihoalueilla, yleensä 2-4 viikkoa.
- Atooppista ekseemaa sairastavilla on lisääntynyt taipumus saada käsi-ihottumaa aikuisiässä työstä riippumatta. Työn ihoa ärsyttävät tekijät suurentavat käsi-ihottuman puhkeamisen riskiä. Käsi-ihottuma voi kuitenkin oireilla, vaikkei potilas olisi työssä.
- Työhön liittyvät rajoitukset: Lievää atooppista ekseemaa sairastavilla, joita ekseema vaivaa lähinnä talvella ja joilla sitä ei esiinny käsissä, ei ole ehdottomia rajoituksia. Heidän olisi kuitenkin parempi valita kuiva ja puhdas työ.

Lasten atooppisen ekseeman hoidon erityispiirteet: paikalliskortikosteroidit

- Alle 2-vuotiaan hoidossa käytetään 1-prosenttista hydrokortisonvoidetta 1-2 kertaa vuorokaudessa 3-7 vuorokauden jaksoissa, minkä jälkeen pidetään tauko. Kokemusperäisesti vähintään hoitajakson pituinen tauko on turvallinen.
- 2-7 –vuotiaan hoidossa voidaan käyttää mietoa tai keskivahvaa kortikosteroidivoidetta kerran vuorokaudessa 3-7 vuorokauden jaksoina.
- Koululaisilla hoitajakson pituus voi tarvittaessa olla 1-2 viikkoa.
- Varsinkin silloin, kun käytetään vahvoja kortikosteroidivoiteita ohuille ihoalueille pitkiä aikoja (yli 2 viikkoa), paikallisten (ihon atrofia) ja myös systeemisten haittavaikutusten (hypotalamus-aivolisäke-lisämunuaiskuoriakselin supressio) riski suurenee lapsilla.

Lasten atooppisen ekseeman hoidon erityispiirteet: kalsineuriinin estäjät

- Jos paikalliskortikosteroidilla ei saada riittävää pitkäaikaista vastetta, yli 2-vuotiaiden hoidossa käytetään takrolimuusivoidetta tai yli 3- kuukauden ikäisten hoidossa pimekrolimuusiemulsiovoidetta ohuelti ekseema-alueille kahdesti päivässä, kunnes ekseema on parantunut.
- **0.03 % takrolimuusi 2-15 –vuotiailla.**
- Ylläpito­hoidossa takrolimuusivoidetta käytetään kahdesti viikossa kerran päivässä korkeintaan 12 kuukauden ajan alueille, joilla ihottumaa yleensä esiintyy. Tämän jälkeen lääkärin tulee arvioida potilaan vointi ja päättää, jatketaanko ylläpito­hoitoa. Jos ihottuma pahenee ylläpito­hoidon aikana, voidetta käytetään jälleen kahdesti päivässä.
- **Ei rajoituksia rokotuksille.**

Raskaana olevien ja imettävien hoito

(Vertergaard C, Wollenberg A, Barbarot S ym. European task force on atopic dermatitis position paper: treatment of parental atopic dermatitis during preconception, pregnancy and lactation period. JEADV 2019;33:1644-1659.)

- Atooppinen ekseema on tavallisin raskauden aikainen ihotauti.
- Useat tekijät voivat selittää ihottumaoireiden hankaloitumisen raskauden yhteydessä.
- Perusvoiteilla hoidetaan ihon kuivuutta kuten muutenkin.
- Raskauden aikana voidaan jatkaa mietojen, keskivahvojen ja vahvojen paikalliskortikosteroidien käyttöä. **Elleivät nämä ole riittävän tehokkaita tai II-III -ryhmän voidetta kuluu yli 200 g kuukaudessa, potilas ohjataan erikoissairaanhoidon.**
- Raskausaikana voidaan käyttää kalsineuriinin estäjiä atooppisen ekseeman paikallishoitona.
- Raskausaikana voidaan käyttää UV-valohoitoja.
- Paikalliskortikosteroidien ja kalsineuriinin estäjien käyttö ei ole este imettämiselle, kunhan lääke pestään hellävaraisesti, mutta huolellisesti, pois iholta ennen imetystä.

Muuta hoidosta

- Paikallisten antimikrobisten aineiden hyödystä ei ole selkeää näyttöä.
- Sisäinen antibioottihoito on aiheellinen vain, jos ekseemaan kehittyy sekundaarinen infektio. Infektoituneen ihottuman ensisijainen antibioottihoito on flukloksasilliini tai ensimmäisen polven kefalosporiini. Tavanomaista paikallishoitoa jatketaan.
- Ihottuman tehokas paikallishoito lievittää parhaiten atooppisen ekseeman kutinaa.
- Systeemihaittojen vuoksi sisäisten kortikosteroidien käyttöä ei suositella.
- Sisäiset lääkkeet ja UV-valohoito kuuluvat erikoissairaanhoidon.

Potilas lähetetään erikoissairaanhoidon konsultaatioon

- keskivaikeaa ja vaikeaa atooppista ihottumaa sairastavat lapset, nuoret ja aikuiset kannattaa lähettää erikoissairaanhoidon hoidon tehostamisen arvioon
- vähintään keskivaikea atooppinen ekseema lapsella (KH)
- lapsella epäily perusruoka-aineallergiasta (KH)
- aikuisen vaikea atooppinen ekseema (KH) = ihottuma oireilee laaja-alaisena tai vaikeana asianmukaisesti toteutetusta lääkevoidehoidosta huolimatta
- lievemmissä ekseemoissa hoidon toteutumisen ongelma (KH) = potilasohjaus
- epäily ammattitaudista (KH)
- ihottuma vaikuttaa huomattavan haitallisesti elämänlaatuun
- erotusdiagnostinen ongelma (KH)
- UV-valohoidon tai systeemisten lääkkeiden harkinta (KH)

Atooppisen ihottuman monimuotoinen tautitaakka



TAULUKKO. Auta atopiaa sairastavaa potilasta eteenpäin yhteistyössä muiden ammattilaisten kanssa (2,20,23).

Huomio ja mitä voit tehdä

Varhaisen vuorovaikutuksen vaikeus

- Neuvolan terveydenhoitajan tuki ja perheen ohjaus tarvittaessa pikkulapsipsykiatriseen hoitoon.

Kouluikäisen psykososiaaliset ongelmat

- Yhteistyö koulun ja kouluterveydenhuollon kanssa.

Ammatinvalinta ja etuudet (2)

- Työterveyslaitoksen "Töissä terveenä" -sivustolta löytyy ohjeita ammatinvalintaan.
- Arvioi mahdollisuus vammaistukeen.
- Vaikea atooppinen ihottuma aiheuttaa joskus tarvetta ammatilliseen tai lääkinälliseen kuntoutukseen.

Unihäiriöt, jotka johtuvat ihottuman aiheuttamasta kutinasta.

- Ihottuman tehokas hoito.
- Hyvä potilasohjaus liittyen atooppiseen ihottumaan (Terveyskylä / Ihotautitalo, Käypä hoito -suositus / Atooppinen ekseema).

Vähäinen liikunta ja ylipainoisuus

- Elämäntapaohjaus.
- Ohjattu liikuntaharjoittelu ja ravitsemusterapia.
- Perusterveydenhuollon rooli on tärkeä.

Tupakointi ja päihteiden käyttö

- Ohjaaminen hoitoon yleensä perusterveydenhuollon kautta.

Masennus (23)

- Somaattisen pitkäaikaissairauden hyvä hoito voinee vähentää masennustilan kehittymisen vaaraa.
- Depression riskiryhmiin kohdistuva seulonta saattaa parantaa depression tunnistamista. Mahdollisuus erikoislääkärinkonsultaatioon tarvitaan.
- Henkilöillä, joilla jo ilmenee masennusoireita ja masennukseen sairastumisen riski on suuri, masennustilan kehittymistä on mahdollista ehkäistä psykologisten interventioiden avulla.
- Ohjaa potilas mielenterveystyön ammattilaiselle.

Itsetuhoisuus (20)

- Psykiatrian erikoislääkärin tai psykiatrian alaan perehtyneen lääkärin arvio psykiatrisen hoidon tarpeesta. Psykiatrisen tutkimuksen yhteydessä laaditaan turvasuunnitelma.

Koulu L: Atooppinen ihottuma vaikuttaa elämänlaatuun ja elämänhaluun.

Duodecim 2020;136:2479-83.