

Käsi-ihottuma

Käsi-ihottumaan on monia syitä. Taustalla voi olla jokin ihotauti kuten atooppinen ihottuma tai psoriasis. Usein syynä on ulkoisten tekijöiden aiheuttama ärsytys tai allergia. Aina syytä ei saada selville.

Ärsytysihottuma alkaa yleensä ihon kuivumisena ja halkeiluna. Muita oireita ovat kutina, kirvely, pistely, punoitus ja hilseily. Ihoon voi tulla vesirakkuloita ja näppylöitä. Ihottuma alkaa yleensä käsien ohuilta ihoalueilta: sormien väleistä ja sivuilta, kämmenselistä ja ranteista.

Käsien ihoa ärsyttäviä tekijöitä:

- jatkuva käsienpesu
- kosteus, pöly ja lika
- kuumuus tai kylmyys
- mekaaninen hankaus
- kypsentämättömien ruoka-aineiden käsittely, esimerkiksi kasvikset, liha, kala
- hautovat suojakäsineet
- kemikaalit, esimerkiksi bensiini ja moottoriöljyt
- emäksiset aineet, esimerkiksi betoni, sementti, kalkki
- pesu- ja puhdistusaineet
- voiteiden ja kosmetiikan ainesosat

Allerginen kosketusihottuma syntyy, kun kädet ovat jatkuvassa kosketuksessa herkistävän aineen kanssa. Punoitus, turvotus, kutina ja paukammat altistumiskohdassa voivat ilmetä nopeasti tai kehittyä hitaasti. Hitaassa reaktiossa turvotus on yleensä lievempää.

Kosketusallergian tavallisimpia aiheuttajia

- pesuaineiden, voiteiden ja kosmetiikan ainesosat, esimerkiksi hajusteet ja säilöntäaineet
- metallit, esimerkiksi nikkeli
- lääkeaineet
- maalit, lakat ja liimat, esimerkiksi akrylaatit ja hartsit
- kumikemikaalit
- koristekasvit ja elintarvikkeet
- eläimen hilse, karvat ja eritteet
- luonnonkumivalkuainen eli lateksi

Käsi-ihottuman hyvä hoito:

- pesu haalealla vedellä ja perusvoiteella
- huolellinen huuhtelu ja kuivaus
- käsidesin käyttö tarvittaessa
- perusvoiteen säännöllinen käyttö
- lääkärin määräämien hoitovoiteiden ohjeenmukainen käyttö
- ärsytystä ja allergioita aiheuttavien aineiden välttäminen
- käsien suojaus

