**Patientvejledning Lichen Sclerosus:**

**Hvad er det for en sygdom ?**

Sygdommen har ikke noget dansk navn. Det er en kronisk hudlidelse med forandringer af huden ved skeden. Sygdommen er ofte kløende med tynd og sårbar hud, der let revner. Huden er tit bleg og hvid og man får rifter/fissurer ved samleje. Der er øget risiko for infektion og svamp i området.

Sygdommen er ofte behandlet i årevis som gentagende svampeinfektioner.

Lichen sclerosus går ikke op i skeden. Sygdommen kan ses hos kvinder i alle aldre, men er hyppigst hos midaldrende kvinder. Ses også hos børn. Lichen sclerosus er ikke smitsom.

**Hvorfor får jeg sygdommen?**

Grunden er ukendt. Men ofte ses en lille arvelig tendens.

**Diagnosen**

Er klinisk, dvs. vi undersøger din hud og hører din historie

Lokalisation af sygdommen

Sygdommen omfatter oftest clitoris og de små kønslæber, men kan ses i hele mellemkødet og ned mod endetarmen. Du kan også opleve at den giver kløe omkring anus. Der kan med tiden komme forsnævring af skedeindgangen, hvis sygdommen ikke behandles.

**Hyppigste symptomer**

Kløe, rifter, brændende fornemmelse og svie. Tendens til svamp og gener efter samliv og menstruation.

Overfølsomhed overfor trusseindlæg, syntetisk undertøj, stramt tøj og sæbe/parfumer.

**Behandling**

**Dermovat SALVE 0,05%** som er en lokalvirkende hormonsalve/ steroid. Den kan bruges af alle piger og kvinder og også mens du er gravid.

**Hvordan virker lokale steroider?**

Lokale steroider virker på cellerne i huden ved at hæmme betændelsen, også kaldet inflammationen. Når inflammationen hæmmes vil

* hævelse af huden mindskes
* kløe af huden mindskes
* rødme i huden mindskes
* opheling af huden fremskyndes

**Hvor bruges lokale steroider?**

Lokale steroider skal kun bruges de steder på huden, hvor den pågældende hudlidelse er til stede. Du bruger en meget lille mængde og vil derfor få udskrevet en lille tube salve på 30 g, der holder ½ år, når du senere blot vedligeholder behandlingen skal en salve vare næste 1 år.

**Smørevejledning behandlingsopstart:**

4 uger smøres hver aften med Dermovat salve & hver morgen med fedtcreme/mandelolie

4 uger herefter smøres hver 2. aften med Dermovat salve & hver 2. aften med fedtcreme/mandelolie & hver morgen med fedtcreme/mandelolie

4 uger herefter smøres 2-3 gange om ugen med Dermovat salve, øvrige aftener og hver morgen med fedtcreme/mandelolie

Herefter kan de fleste overgå til **Dermovat 1 gang om ugen** **LIVSLANGT** og pleje med fedtcreme/mandelolie de øvrige aftener og morgener, oplever du gener under nedtrapning, så vent med at trappe ned til du har været til kontrol hos os.

Fedtcremen forhindrer at huden udtyndes og genopbygger elasticiteten.

**Vedligeholdelsesbehandling:**

Dermovat 1-2 gange om ugen ved sengetid livslangt og fedtcreme/mandelolie dagligt/ugentligt.

**Kontrol:**

Efter 3-4 måneder får du en tid hos os. Herefter 1 gang pr. år ved egen læge. Dog hyppigere ved symptomer eller sår, som ikke heler. Du skal ikke acceptere at sygdommen generer for meget, så vil vi hellere se dig en ekstra gang.

**Hvad kan jeg selv gøre?**

Undgå at irritere huden omkring skedeindgangen. Intimbarbering omkring skedeindgangen/ mellemkød kan med fordel undlades.

Lad være med at bruge sæbe og andet, der kan irritere.

Brug løstsiddende tøj og undertøj. Gerne bomuldstrusser og sov uden noget eller i løse shorts.

Ved samleje er det vigtigt med et glidemiddel, og vegetabilsk olie er her bedst, da det ikke indeholder alkohol eller konserveringsmidler, fx mandelolie eller kokosolie.

Gør det ondt ved samleje, kan man anvende f.eks. Xylocain-gel(håndkøb) 15-20 minutter før samlejet, men det må ikke smøres på området ved clitoris og ind i skeden, så forsvinder følelsen.

De fleste patienter tåler bedst en siliconebaseret glidecreme, fx PJUR Med, se mere på www.elseo.dk

**Menstruation & lichen:**

Mange piger oplever større gener omkring og efter menstruationer, da blødning og brug af bind & trusseindlæg ofte generer huden.

For at få færre blødninger kan man ligge en hormonspiral og er du på p-piller må du gerne overspringe nogle af dine pauser, hvis blot du husker pillen.

Nogle piger med lichen er glade for at bruge menstruationscup, prøv dig frem og spørg os til råd, hvis du har behov for vejledning.

**Graviditet & lichen:**

Lichen falder ofte lidt til ro under graviditet, men du må gerne fortsat smøre med din Dermovat og fedtcreme/mandelolie selvom du er gravid. Det er ikke noget problem at føde når man har lichen og man får ikke flere eller mere alvorlige bristninger. Dog har mange gravide glæde af at pleje huden omkring mellemkødet med fedtcreme/mandelolie frem mod fødslen.

**Overgangsalder & lichen:**

Kvinder omkring og efter menopause anbefales stort set altid at bruge **Vagifem** som tillæg til behandling af huden, vi laver gerne recept herpå.

**Svamp & lichen:**

Efter behandlingsopstart reduceres tendensen til svamp hos langt de fleste piger og kvinder, ved optræk til svamp kan symptomerne ofte fanges i opløbet med håndkøbspræparater. Fx Canesten, du kan også med fordel prøve at tage vaginale mælkesyrebakterier en periode, Femidur, disse hjælper mange med at genoprette et naturligt og mere modstandsdygtigt vaginalt miljø.

Er generne voldsomme vil en systemisk svampekur ofte få ro på situationen igen, tal med os eller egen læge om en recept på Fluconazol.

**Prognose**

Der er sammenhæng mellem lichen sclerosus og hudkræft. Sandsynligheden for at udvikle kræft ved lichen sclerosus er mindre end 5%. Det er derfor vigtigt du passer dine kontroller og reagerer hvis du får et sår der ikke vil hele.