



## Lichen Sclerosus

Patientvejledning

Sygdommen har ikke noget dansk navn. Det er en kronisk hudlidelse med forandringer af huden ved skeden. Lichen sclerosus går ikke op i skeden. Sygdommen kan ses hos kvinder i alle aldre, men er hyppigst hos middelaldrende kvinder. Lichen sclerosus er ikke smitsom.

### Subjektive symptomer:

---

Lichen sclerosus kan ses i dele af eller i hele ano-genitalområdet. Kløe er det hyppigst optrædende symptom. Brændende fornemmelser eller smerter. Der ses ofte revner, og smerter ved samleje. Nogle kvinder har ingen symptomer.

### Smerter ved samleje (dyspareuni):

---

Kan bl.a. skyldes smertefulde revner (fissurer) eller være et resultat af sammenvoksninger og forsnævring, som i værste fald umuliggør samleje.

### Hvorfor får jeg sygdommen?

---

Grunden er ukendt.

### Lokalisation af sygdommen:

---

Sygdommen omfatter oftest klitoris og de små skamlæber, men kan ses i hele mellemkødet og ned mod endetarmen. Der kan med tiden komme forsnævring af skedeindgangen.

### Hvordan ser det ud :

---

Det typiske fund er elfenbenshvid og tynd hud. Forandringerne kan være sammenflydende og dække hele området. Huden er tynd med sart udseende og evt. fint rynket.

Samtidigt kan der ses mere eller mindre lokaliserede fissurer, større eller mindre steder med fortykket hvidlig hud, hvori der kan være små sår.

Ubehandlet kan det føre til at labia minora (de små kønslæber) klæber sammen, eller forsvinder helt. Derudover kan der ses forandringer over klitoris og forsnævring af skedeindgangen.

Lichen sclerosus forandrer sig og der er ikke sammenhæng mellem graden af gener og udseende.

### Hvordan stilles diagnosen:

---

Diagnosen stilles af gynækolog eller hudlæge. Stilles ved en lille vævsprøve, som tages i lokalbedøvelse. Det kan bløde ganske lidt efter prøvetagningen, og nogen gange er det nødvendigt at sy såret med selvopløselig tråd.

### Er det vigtigt at få diagnosen stillet?:

---

Ja. Der er 3 grunde til at kende og behandle Lichen sclerosus vulvae:

1. Lindre symptomer
2. Hindre arvævsdannelse og anatomiske forandringer
3. Forebygge malign transformation eller opdage dette i tidligt stadie

### Hvornår skal jeg søge læge :

---

- Hvis du har mistanke om sygdommen men endnu ikke fået stillet diagnosen.
- Hvis du har forværring i dine symptomer
- En gang årligt
- Hvis du har et sår der ikke vil hele.

### Behandling:

---

Primær behandling: Dermovat salve 0,05 % påsmøres tyndt 1 gang daglig 4 uger, hver anden aften i 4 uger og herefter 2 gange ugentligt i yderligere 4 uger. Herefter kan salven anvendes ved behov, når der optræder symptomer. Nogle har behov for vedligeholdelsesbehandling med 1 x uge.

### Kontrol:

---

Efter 3 - 4 måneder. Herefter 1 gang pr. år, dog hyppigere ved symptomer eller sår, som ikke heler.

### Prognose:

---

Der er sammenhæng mellem lichen sclerosus og hudkræft. Sandsynligheden for at udvikle kræft ved lichen sclerosus er mindre end 2%. Det er derfor vigtigt du passer dine kontroller.

### Hvad kan jeg selv gøre:

---

Omsorg for slimhinderne i vulva hjælper med til at holde de ydre kønsorganer –genitalområdet rask og frisk. Denne del af kroppen – vulva - er opbygget af hud, fugtige områder (slimhinder) og kirtler. Sekretet – udflåddet fra skeden holder området rent og sundt og dette udflåd er normalt. Sekretet beskytter skeden, slimhinderne og huden. Undgå så vidt muligt at klø og kradse.

### Kan der være problemer med at vaske sine ydre kønsorganer - vulva?

---

Ja. Huden og slimhinderne i vulva er sarte. Det er vigtigt at undgå at vaske med for mange kemikalier, som kan irritere området. Undgå for hyppig vask, eller for meget gnubben, når du tørrer dig. Undgå hårtørrer. Det kan irritere huden. Hvis du har problemer i vulva er det bedst at vaske med lunken vand. Undgå at vaske med sæbe/shampoo/skumbad. Påfør eller smør vulva med olie før du går i bad. Brug fingrene eller f.eks en vatrondel – mandelolie, olivenolie, jordnøddolie eller lignende. Visse babyolier kan indeholde salicylsyre og dette kan give svie. Når du er i bad, så skil dine kønslæber ad med fingrene og bad dem med vand.

### Hvad med tøj?

---

Undgå for tæt siddende tøj, så der ikke kan komme luft til området. Brug gerne undertøj af ren bomuld. Vask dit undertøj i miljø og hudvenlig sæbe og undgå skyllemidler. Sov gerne uden trusser eller i det mindste med noget let og løstsiddende.

### Hvad skal jeg gøre under menstruation?

---

Har du problemer kan man købe allergivenlige produkter af naturlig bomuld. Skift hyppigt.

## Hvad er ellers godt at vide?

---

Undgå så vidt muligt dagligt brug af trusseindlæg uden for menstruationsperioden. Medbring hellere et par rene trusser og skift en gang mere.

Brug ikke deodoranter, parfumer eller andre af den slags midler i vulva.

Lad være med at vaske i skeden, for hyppig vask medfører en ændring af pH på huden og i skeden. Det bedste er en lavere pH på huden (højere surhedsgrad pga. mælkesyrebakterier, som er med til at holde skeden sund).

Vask dig med vand og/eller olie og tøm blæren efter samleje.

I perioder hvor huden føles ekstra sart kan du smøre dig med f.eks Warming basiscreme, Locobase repair, Decubal, Panthenol salve eller Ceridal morgen og aften. Ingen af cremerne indeholder parabener.

Brug evt. mandelolie som glidecreme.

Vi ved, at der er mange faktorer, der er medvirkende til sarte slimhinder ved skedeåbningen. Først og fremmest skedesvamp og overforbrug af cremer herfor. Har du mistanke om, at du har svamp, så få den behandlet med tabletter i stedet. Svampemidler er specielt rettet mod svamp, så de hjælper ikke, hvis det ikke er svamp. Cremer kan i stedet give irritationen. P-piller udtørre også slimhinderne hos nogen. Husk anden form for prævention, hvis du holder op eller holder en pause.

Ved at arbejde med disse ting **kan** tilstanden bedres.

DSOG Kliniske guidelines

Læs mere på: [www.lichensclerosus.dk](http://www.lichensclerosus.dk)