

# Atooppinen ihottuma

Lääkärikirja Duodecim

23.6.2021

*Ihotautien ja allergologian erikoislääkäri Kristiina Airola*



- Atooppisen ihottuman tyypilliset piirteet
- Atooppisen ihottuman oireet
- Atooppisen ihottuman toteaminen
- Atooppisen ihottuman itsehoito
- Milloin lääkäriin?
- Atooppisen ihottuman ehkäisy
- Kirjallisuutta

## Keskeistä:

- Atooppinen ihottuma on krooninen ihotauti, jonka taustalla on ihon rakenteelliset ominaisuudet ja ihon immuunijärjestelmän poikkeava toiminta.
- Atooppinen ihottuma on yleinen, osin perinnöllinen tauti, jonka esiintyvyys on 10–20 %.
- Atooppisen ihottuman oireita ovat ihon kutina, kuivuus, karheus, punoitus ja rikkoumat. Tyypillisiä alueita lapsilla ovat posket, raajat ja taiteet, ja aikuisilla pää, ylävartalo, taiteet ja kädet.
- Atooppisen ihottuman hoitona käytetään kortisonivoiteita, kalsineuriinin estäjävoiteita, UV-valohoitoja ja sisäisiä lääkehoitoja. Perusvoiteiden säännöllinen käyttö on tärkeä osa hoitoa.

Atooppinen ihottuma (atooppinen ekseema, *eczema atopicum*) on krooninen, kutiseva, tulehduksellinen ihotauti. Ihottuman syntyyn vaikuttavat ihon rakenteelliset ominaisuudet ja ihon immuunijärjestelmän poikkeava toiminta. Taipumus atooppiseen ihottumaan on osin perinnöllinen, ja osalla potilaista on myös muita atooppisen tautiryhmän sairauksia kuten [allerginen nuha](#) tai [astma](#). Sisäiset ja ulkoiset tekijät kuten psyykkiset tekijät, hikoilu, ihon mikrobi, ruoka-aineet, ihokosmetiikka ja ilmasto voivat vaikuttaa ihottuman kulkuun. Lapsista noin 25 %:lla ja aikuisista 25–30 %:lla on joskus ollut atooppista ihottumaa, ja taudin vallitsevuus on 10–20 %.

## Atooppisen ihottuman tyypilliset piirteet

Atooppinen ihottuma ilmaantuu tavallisesti vauvaiässä, rauhoittuu usein lapsuusvuosien kuluessa, mutta voi palata uudelleen aikuisiässä. Atooppista ihottumaa kutsutaan imeväisikäisillä myös maitoruveksi, vaikka maidolla on harvoin tekemistä oireilun kanssa. Leikki- ja kouluikäisillä ihottuma painottuu taiveihottuma-nimityksensä mukaisesti taiteisiin, ja aikuisilla pään ja ylävartalon alueelle. Myös kädet ovat yksi atooppisen ihottuman tyypipaikoista.

Suurimmalla osalla atooppinen ihottuma on lieväoireinen ja sen ennuste on hyvä. Monilla oireet pahenevat talvikaudella ja lievittyvät kesällä. Atooppiselle ihottumalle tyypillistä on ajoittaiset ja usein yllättävät pahenemisvaiheet.

Pienimmillä lapsilla, pääosin alle 1-vuotiailla, hankalien oireiden taustalla pahentavana tekijänä voi olla ruoka-allergia. Muissa ikäryhmissä ruoka-allergia pahentava tekijänä on harvinaista.

## Atooppisen ihottuman oireet

Atooppinen iho on kuiva ja kutiseva, ja ihottuma-alueilla on punoitusta, karheutta ja iho voi olla pinnasta rikki. Jatkuvan raapimisen seurauksena iho voi paksuuntua eli jäkälöityä. Ihottuma ja siihen liittyvä kutina häiritsevät yöunta ja voivat yleisimminkin heikentää elämänlaatua.

Pikkulapsilla atooppinen ihottuma oireilee yleensä poskilla, raajoissa ja taiteissa. Se voi esiintyä myös tarkkarajaisina paksuina läiskinä eli ns. [läiskä- eli kolikkoihottuma](#).

Vanhemmilla lapsilla oireet painottuvat taiteisiin. Kuva [1](#), [2](#), [3](#) ja [4](#).



**Kuva 1. Atooppinen ihottuma pikkulapsen kasvoissa.** Pikkulapsen kasvojen eksudatiivinen atooppinen ihottuma tulkitaan helposti virheellisesti bakteeri-infektioksi, vaikka toisaalta antibiootista ei ole hoidossa haittaakaan, löytyyhän atooppisesta ihottumasta lähes aina *Staph. aureus*. Mieto glukokortikoidivoide ja kosteat kompressit rauhoittavat maitoruvan nopeasti.

Kuva: Raimo Suhonen

Suurena ja pienennä napsauttamalla kuvaa



**Kuva 2.** Atooppinen ihottuma. Läiskäistä atooppista ekseemaa pikku lapsen sääressä. Läiskiä on raavittu ja ihossa on myös lievä infektio.

Suurena ja pienennä napsauttamalla kuvaa



**Kuva 3. Lapsen nummulaarinen ekseema.** Lapsen nummulaarista ekseemaa "kolikkoekseema" pidetään atooppisen ihottuman ilmenemismuotona ja tarvitsee voimakkaammat hoidot. (Kuva R. Suhonen)

Suurena ja pienennä napsauttamalla kuvaa



**Kuva 4. Atooppinen ihottuma polvitaiepeessa.** Polvitaiepeen atooppinen ihottuma (ks. [Atooppinen ihottuma](#)), johon on pesinyt bakteeri-infektio (stafylokokki-bakteeri).

Suurena ja pienennä napsauttamalla kuvaa

Murrosikäisillä ja aikuisilla atooppinen ihottuma oireilee pään alueella ja ylävartalolla, ja usein myös taieissa. Kasvoeksemaa on etenkin otsalla (kuva [5](#)) ja silmäluomissa (kuva [6](#)). Ihottuma voi pahentua äkillisesti (leahdella) ilman selkeää syytä. Hankalimmillaan se saattaa levitä koko ihon kattavaksi punaihoksi eli erythrodermiaksi (kuva [7](#)).



**Kuva 5. Atooppinen ihottuma aikuisella otsassa.** Aikuisella atooppista ihottumaa (ks. [Atooppinen ihottuma](#)) on etenkin otsassa, kuten tällä potilaalla. Iho on paksuuntunut ja jäkälöitynyt.

Suurena ja pienennä napsauttamalla kuvaa





**Kuva 6. Atooppinen blefariitti.** Taudinkuva ei kerro, onko potilaalla pelkkä atooppinen ihottuma, siihen usein liittyvä (eläin-)allergia vai viivästynyt allergia kosmetiikalle, hajusteille tai silmälääkkeille. Kortikoidihoidossa pitäisi pysytellä I-ryhmän voiteissa.

Suurena ja pienennä napsauttamalla kuvaa



**Kuva 7. Atooppinen ihottuma hartiasseudussa.** Atooppinen ihottuma hyvin laajana hartiasseudussa.

Suurena ja pienennä napsauttamalla kuvaa

Atooppinen ihottuma voi tulehtua raapimisen tai ihorikkoumien seurauksena. Useimmiten taustalla on ihon stafylokokkibakteeri, jolloin oireena on voimakas punoitus, ihon rikkoutuminen ja vetistys. Myös [herpes-virus](#) voi levitä atoopikon ihossa laaja-alaiseksi tulehdukseksi (eczema herpeticum).

Atooppista käsi-ihottumaa esiintyy niin lapsilla kuin aikuisillakin. Lasten "lumipalioihottuma" oireilee lähinnä sormien päissä ja joskus myös kämmenissä. Aikuisiässä atooppinen käsi-ihottuma paikantuu sormenpäihin, kynsivalleihin, sormiväleihin ja joskus myös kämmeniin. Sitä on enemmän naisilla kuin miehillä. Käsien ärsytysihottuman riski on atoopikoilla suurentunut ja ihottuma voi rajoittaa työkykyä.

Kuva **8**.



**Kuva 8. Atooppinen sormiekseema.** Sormenpäiden tartuntapuoli on "lumipallosormen", atooppisen ihottuman yksi ilmenemispaiikka.

Suurena ja pienennä napsauttamalla kuvaa

Jalkapohjien kuivaa ja halkeilevaa atooppista ihottumaa esiintyy etenkin pikkupojilla ja talvikaudella. Tällöin puhutaan "kumisaapasihottumasta" tai "atoopikon talvijaloista". Pakaroiden ja reisien "ratsupaikkaihottumaa" on puolestaan enemmän tytöillä. Kuva

9.



**Kuva 9. Atooppinen talvijalka.** Atooppinen talvijalka ("kumisaapasekseema", juvenile palmar dermatosis) ilmenee lapsilla, usein pienillä pojilla, jalkapohjien etuosien astumispinnoilla. Muutaman vuoden jälkeen oireilu häviää spontaanisti. Kyseessä on atooppisen ihottuman eräs ilmentymä. Oireen taustalla on harvoin todellinen kosketusallergia.

Kuva: Raimo Suhonen

Suurena ja pienennä napsauttamalla kuvaa

## Atooppisen ihottuman toteaminen

Atooppinen ihottuma diagnosoidaan kliinisten oireiden perusteella. Osin perinnöllisen taipumuksen vuoksi kartoitetaan myös lähisuvun atooppiset sairaudet. [Ihopistokokeita \(prick\)](#) ja verikokeita (IgE-vasta-aineet yksittäisille allergeeneille) tutkitaan, mikäli epäillään atooppista ihottumaa pahentavia tekijöitä kuten ruoka- tai siitepöly/eläinallergioita. [Epikutaanikokeet \(lappukokeet\)](#) ovat joskus aiheellisia viivästyneen kosketusallergian poissulkemiseksi.

## Atooppisen ihottuman itsehoito

Hoidon tavoite on kutinan ja ihottuman vähentäminen, ihottumalehdustusten esto ja ihottuman kanssa pärjääminen. [Perusvoiteet](#) ovat tärkeä osa atooppisen ihon itsehoitoa. Ne korjaavat ihon kosteustasapainoa ja estävät ihottuman uusiutumista.

Perusvoidetta käytetään yleensä kaksi kertaa päivässä ja voidetyyppi säädetään hoidettavan alueen ja käyttömukavuuden mukaan. Käsiin ja jalkoihin käytetään rasvaisempia voiteita ja muualle keskirasvaisia. Kevyet vesipitoiset perusvoiteet soveltuvat myös ihon pesuun. Pesemistä ei ole syytä rajoittaa.

Hydrokortisonivoidetta käytetään lapsilla ja aikuisilla ihottuman hoitoon kerran tai kahdesti päivässä 1–2 viikon hoitokuureina. Hoidon keston vaikuttaa mm. potilaan ikä ja hoidettava ihoalue. Pikkulapsille ja ohuille ihoalueille, kuten kasvoille, riittää yleensä noin viikon mittainen hoito. Hoitotauot, jolloin käytetään vain perusvoidetta, ovat kestoltaan vähintään yhtä pitkiä kuin hoitokuuritkin. Tarvittaessa hoitoa voi tehostaa käyttämällä kääreitä tai sidoksia.

Antihistamiinitableteista ei ole hyötyä ihottuman hoidossa, mutta joillakin ne hiukan vähentävät kutinaa. Auringonvalo rauhoittaa useimmilla atooppista ihottumaa.

Ihoa ärsyttäviä tekijöitä on syytä välttää. Etenkin atooppisessa käsi-ihottumassa käsien suojaaminen kosteudelta ja muilta ärsyttäviltä tekijöiltä on tärkeää.

## Milloin lääkäriin?

Atooppisen ihottuman diagnoosi tehdään usein jo lapsena. Taudinkuva vaihtelee iänmukaisesti ja yksilöllisesti, joten hoitoarvio uusitaan tarpeen mukaan. Hankalaa atooppista ihottumaa sairastavat ovat usein ihopoliklinikan seurannassa.

Laaja-alainen tai muuten hankala atooppinen ihottuma, johon itsehoito ei tepsii, on syy lähteä lääkäriin. Hoitoon hakeudutaan ongelman vaikeusasteen mukaan muutamien päivien tai lähiviikkojen aikana. Ihon bakteeri- tai virustulehdus tai muu vaikea, akuutti paheneminen edellyttävät nopeaa lääkärin arviota.

Lääkärin hoitokeinoja ovat vahvemmat kortisonivoiteet, kalsineuriinin estäjävoiteet (pimekrolimuusi tai takrolimuusi), [UV-valohoidot](#) sekä tarvittaessa sisäinen kortisoni- tai antibioottikuuri. Vaikea-asteisessa atooppisessa ihottumassa käytetään sisäisiä, suun kautta otettavia tai ihoon pistettäviä, immunosuppressiivisia lääkkeitä.

## Atooppisen ihottuman ehkäisy

Toistaiseksi ei ole vahvaa näyttöä yksittäisistä keinoista, joilla atooppisen ihottuman ilmaantuvuutta voitaisiin pienentää. Kansallisen Käypä Hoito -suosituksen mukaisesti allergiariskiperheille suositellaan normaalia 4–6 kuukauden täysimetystä ja kiinteiden ruokien aloitusta neljän kuukauden iästä lähtien. Probiooteilla / prebiooteilla sekä perusvoiteen varhaisella käytöllä saattaa olla atooppista ekseemaa vähentävää vaikutusta. Myöhemmällä iällä perusvoiteen säännöllinen käyttö ehkäisee ihottuman uusiutumista.

---

*Aiemmat kirjoittajat: Iho- ja sukupuolitautilien erikoislääkäri Anna Hannuksela-Svahn ja ihotautien erikoislääkäri Matti Hannuksela*

Artikkelin tunnus: dlk00202 (010.011)

© 2023 Kustannus Oy Duodecim