



## [Födelsemärken och hudförändringar](#)

Aktiniska keratoser är ytliga hudförändringar som beror på att huden har utsatts för mycket sol genom livet. Därför är aktiniska keratoser vanligast hos äldre personer. Hudförändringarna brukar behandlas.



Aktiniska keratoser på händerna.

Även om de flesta aktiniska keratoser är ofarliga, kan de ibland utvecklas till en form av hudcancer som kallas skivepitelcancer. För att minska risken för skivepitelcancer brukar aktiniska keratoser behandlas.



Aktiniska keratoser på huvudet.

Aktiniska keratoser brukar visa sig som små röda fläckar på huden. Fläckarna kan vara alltifrån några millimeter till någon centimeter i storlek.

Ibland kan fläckarna fjälla och det ser ut som små vita hudflagor. Fläckarna kan kännas ömma eller brännande. Ibland kan det kännas som små piggar i huden.

Aktiniska keratoser känns och ser ut på samma sätt oavsett vilken hud du har men rodnaden syns oftast inte lika tydligt på mörk hud.

Aktiniska keratoser är vanligast på områden som utsatts för mycket sol som ansiktet, ovansidan av händerna och hjässan hos tunnhåriga personer.

Det är viktigt att du skyddar din hud när du vistas i solen för att aktiniska keratoser inte ska uppkomma eller för att du inte ska få fler. Det bästa är att använda solhatt och kläder.

Hud som inte skyddas av kläder bör du smörja med solskyddsmedel. Det är särskilt viktigt att smörja ansiktet, bröstet och händerna där huden är tunn och känslig.

Kontakta en [vårdcentral](#) eller hudmottagning om du har en hudförändring som har vuxit eller förändrats på något annat sätt. Många mottagningar kan du kontakta genom att [logga in](#).

Ring telefonnummer 1177 om du vill ha [sjukvårdsrådgivning](#). Då kan du få hjälp att bedöma dina symtom och var du kan söka vård.

Aktiniska keratoser kan behandlas på flera olika sätt. Vilken behandling som passar bäst beror på hur många fläckar du har och var någonstans på huden de finns.

Enstaka fläckar kan tas bort med kryobehandling. Då fryser läkaren bort den aktiniska keratosan och det bildas ett sår.

När såret läker bildas det nya friska celler.

Du kan få behandling med en kräm som du smörjer in själv hemma om du har många fläckar. Hur länge du ska smörja beror på vilken kräm du har fått på receptet.

Ibland passar det bäst med en behandling som kallas fotodynamisk terapi, PDT, om du har många fläckar. Då smörjs fläckarna först med en kräm, som gör de förändrade cellerna mer känsliga för infrarött ljus. Efter några timmar belyses området med infrarött ljus. Det kan göra ont i samband med belysningen, men hur ont det gör kan upplevas olika. Cellerna förstörs när de blir belysta och ett sår bildas efter några dagar. Sedan läker huden genom att såret ersätts med friska celler. Besöket på hudmottagningen tar ungefär tre timmar, men du kan göra något annat under väntetiden då krämen ska verka.

Ett alternativ till fotodynamisk terapi, PDT, är dagsljus-PDT. Då smörjs de aktiniska keratoserna också in med en kräm men i stället för infrarött ljus används dagsljuset utomhus. Du får tydlig information på hudmottagningen om hur behandlingen går till.

Ibland görs enbart en behandling, men om de aktiniska keratoserna är många eller tjocka kan du behöva behandlingen igen efter någon eller några veckor.

Senast uppdaterad:

2022-05-06

Redaktör:

Lovisa Dragstedt, 1177.se, nationella redaktionen

Granskare:

Kristina Lewis, hudläkare, Diagnostiskt Centrum Hud, Stockholm

Fotograf:

Niels Veien, läkare, specialist i hudsjukdomar

---

Ett födelsemärke är en brunaktig fläck på huden som innehåller extra många pigmentbildande celler. Fläcken kan vara väldigt ljus, rödaktig, ljusbrun eller brunsvart. Födelsemärken är en naturlig del av huden och de flesta ger inga besvär. Men det är viktigt att hålla koll på om de förändras.

---

Lentigo solaris är ofarliga bruna pigmentfläckar på huden. De kallas också solfläckar. Pigmentfläckarna orsakas av solens ultraviolette strålning. De bildas oftast på händernas ovansida och i ansiktet.

---

Det är bra att själv undersöka huden då och då. Läs om hur du gör och se bilder på förändringar som du kan behöva söka vård för.

På 1177.se får du råd om hälsa och information om sjukdomar och vilka mottagningar du kan kontakta. Logga in för att läsa din journal och göra dina vårdärenden. Ring telefonnummer 1177 för sjukvårdsrådgivning dygnet runt. 1177 ger dig råd när du vill må bättre.

I

I

I

[Behandling av personuppgifter](#)

[Hantering av kakor](#)

[Inställningar för kakor](#)

1177 – en tjänst från [Inera](#).