

Fnat podcast:

Intro:

Anna: Velkommen til vores podcast afsnit om fnat. Det her afsnit er delt op i to dele. I første del taler jeg med læge Maria Blomberg om hvad fnat er, hvordan det diagnosticeres og hvordan man behandler det. I anden del ca. 7 min fremme taler jeg med sygeplejerske Siri Zelanders om hvordan man helt lavpraktisk behandler med permethrin creme og hvordan rengøring udføres. I anden del ca. 12 min fremme fortæller vi også helt kort hvordan man behandler med Tenutex og svovlvaseline. På den måde kan du spole frem til det du har brug for at høre. God fornøjelse.

Læge interview (Maria Blomberg):

Anna: Hej Maria

Maria: Hej Anna

Anna: I dag skal vi jo tale om fnat. Vi ser for tiden rigtig mange personer med fnat. Nogle steder kaldes det for en fnat epidemi. Men hvad er fnat egentlig?

Maria: Fnat er en meget kløende hudsygdom, som opstår fordi man er blevet smitte med fnatmider, der graver gange og lægger æg i hudens øverste lag.

Anna: Hvorfor får man fnat?

Maria: Fnat overføres fra person til person ved længerevarende tæt hudkontakt, det kan f.eks være tæt kontakt mellem børn i institutioner, mellem familiemedlemmer eller ved seksuel kontakt. Men der kan også i nogen tilfælde foregå indirekte smitte via f.eks. håndklæder, tøj, sengetøj eller stofmøbler.

Anna: Hvor mange har fnat?

Maria: Fnat er ikke en anmeldelsespligtig sygdom i Danmark, og vi ved derfor ikke præcis hvor mange der er smittede. På verdensplan har man estimeret at der er omkring 300 millioner med fnat (6).

Anna: Hvilke symptomer får man af fnat?

Maria: Man får pludselig svær kløe i huden, som typisk forværres ved sengetid. Kløen opstår fordi immunsystemet reagerer på midens affaldsprodukter. Kløen starter 2-6 uger efter man er blevet smittet, men hos tidligere smittede opstår kløen hurtigere, allerede efter 1-3 dage. De fleste får også røde prikker på huden, nogle gange med små blærer - især på hænderne.

Anna: Er det korrekt at der er noget der hedder skorpefnat?

Patienter med nedsat immunitet og ældre mennesker kan ved smitte med almindelig fnatmide udvikle skorpefnat, tidligere kaldet norsk fnat. Hvor man ved almindelig fnat kun har omkring 10

fnatmider på huden, kan man ved skorpefnat have flere hundrede eller tusinder, og den er derfor meget smitsom. Pga. det nedsatte immunforsvar oplever disse personer ikke kløe i samme grad.

Anna: Hvordan undersøger man for fnat?

Maria: For med sikkerhed at stille diagnosen fnat, skal lægen identificere miden i mikroskopet. Miderne sidder ofte for enden af en midegang. En midegang er en tynd hvidlig bugtet gang på hudoverfladen, som ofte er 5-10mm lang. For enden ad gangen kan der være en sort prik, og det er her miden ligger. Miden er ca. 0,3mm stor, så man kan kun lige akkurat se den med det blotte øje. Lægen kan fjerne miden med en nål, fordi miden automatisk klæber til nålen, og derefter er den tydelig at genkende i mikroskopet.

Anna: Hvordan behandler man fnat (creme og tabletter)?

Maria: Standardbehandlingen af fnat, er en creme der indeholder permethrin, også kaldet Nix. Cremen slår levende mider ihjel, men det er af afgørende betydning at der behandles korrekt. Der findes også andre behandlinger, som f.eks. svovlvaseline, Tenutex og Ivermectin, som de fleste kender som Stromectol tabletter. Ud over medicinen, er det vigtigt med tøjvask og rengøring. Da cremen og tabletterne ikke slår midernes æg ihjel, skal hele behandlingen gentages efter 1 uge. Samboende skal også behandles samtidig.

Anna: Hvornår vælges hvilken behandling?

Maria:

Anna: Hvorfor er det så svært at slippe af med fnat? Hvorfor virker behandlingen nogle gange ikke?

Maria: Der kan være flere årsager til at behandlingen ikke virker. Det kan være pga. forkert diagnose, forkert brug af cremen eller at nogen i husstanden ikke er blevet behandlet. Det kan også være pga. reinfestation, hvis en mide ikke er fjernet fra f.eks. sofaen, eller det kan være pga. helt ny smitte. Endelig er der den mulighed at miden er blevet resistent overfor medicinen. Nogle laboratorieundersøgelser tyder på, at det i dag tager længere tid for Permethrin cremen at dræbe miderne end det gjorde for 10 år siden (4), men der er endnu ingen undersøgelser kan bevise, at der er opstået klinisk resistens i mennesker.

Anna: Hvorfor er tabletter ikke første eller andet valg?

Det er de ikke fordi at der allerede er set tendens til resistens mod Ivermectin, som er indholdsstoffet i Stromectol tabletterne og det vil man gerne forebygge bliver mere udbredt.

Anna: Permethrin creme og Stromectol tabletter er jo ret dyrt, men er det korrekt at man kan få tilskud?

Maria: ja det er korrekt at når fnat er påvist af læge kan der gives tilskud til behandling med Permethrin. Ved Ivermectin og Tenutex kan lægen søge enkelttilskud. Svovlvaselin er et meget billigere præparat end de andre.

Anna: Hvor længe kan en fnatmide leve uden for huden?

Maria: Miden vil kunne leve i 4 døgn ved 20 grader (10), men overlevelsen varierer med temperaturen og luftfugtigheden, således at miden lever længere ved lavere temperatur og højere luftfugtighed. Ved opvarmning til 50 grader dør alle mider efter 35 minutter (9) og ved nedfrysning til -10 grader dør de efter 5 timer (10).

Anna: Hvor længe efter man er fri for fnat klør man?

Maria: Udslættet og kløen skyldes en allergisk reaktion mod miden og dens affaldsprodukter. Kløen kan derfor fortsætte op til 6 uger efter miderne er døde, men den vil gradvist aftage. Efter vellykket behandling vil der efterhånden ikke komme nye røde prikker på huden.

Sygeplejerske interview (Siri Zelander)

Intro til anden del af afsnittet:

Anna: I denne anden del af afsnittet om fnat taler jeg med sygeplejerske Siri om hvordan vi helt lavpraktisk instruerer alle patienter i at behandle sig mod fnat med Permethrin creme.

Anna: Når en person diagnosticeres med fnat, er førstevalget til behandling Permethrin, men hvordan er behandlingsregimet?

Siri: Personen med fnat og alle denne har haft tæt kropskontakt med, deler hus eller seng med skal alle behandles med Permethrin. Det er vigtigt at alle behandles og det er vigtigt, at alle behandles samtidig - også selvom der ikke er symptomer hos alle.

Det er vigtigt, at du informerer alle relevante personer/ institutioner. SFO, Børnehaver eller andre relevante steder.

Behandlingen gentages efter 1 uge.

Anna: Hvor meget creme skal man bruge til en person?

Siri: Til voksne og børn over 12 år anvendes cirka 1 tube (30 gr) pr. person. Man skal dog være opmærksom på at det kan variere efter kropsstørrelse, så en større person, vil ofte skulle bruge 1,5 tube.

Til børn i alderen 5-12 år anvendes ca. 1/2 tube.

Til børn i alderen 0-5 år anvendes op til 1/4 tube.

Anna: Må Gravide og ammende gerne anvende Permethrin?

Siri: Gravide og ammende må gerne anvende Permethrin cremen.

Anna: Hvordan behandler man med Permethrin creme, sådan helt lavpraktisk?

Siri: Behandlingen foretages lige før sengetid. Huden skal være helt tør, når du smører cremen på. Vi fraråder derfor bad inden behandlingen.

Smør hele kroppen fra kæbebenet og nedefter i et tyndt lag creme. Få hjælp til at smøre ryggen ind. Hvis man har symptomer fra ansigt eller hårbund behandles disse områder også.

Du skal være ekstra omhyggelig med at smøre:

Håndleddene, Svømmehuden mellem fingrene og tæer, Omkring negle og under frie forreste kant (Klip gerne neglene korte), Brystvorter, Armhuler, Navlen, Kønsdelene, Området omkring endetarmen. Hvis der findes meget fortykket hud f.eks. under fødderne, kan det være en fordel at file dette ned inden behandling, så cremen kan trænge ordentligt ind.

Til sidst skal du smøre dine hænder en ekstra gang. Du skal desuden påføre cremen igen på hænder og kønsorganer hvis du vasker hænder eller går på toilettet.

Anna: Er der nogen personer der også skal smøre ansigt og hårbund?

Siri: Udover personer med symptomer fra hoved og hårbund skal børn under 2 år også smøres i hårbunden og ansigtet undtagen området omkring øjne og mund. Desuden skal personer med nedsat immunforsvar smøre hele kroppen ind inkl. hovedet.

Anna: Hvor længe skal cremen være på huden?

Siri: Det er vigtigt at cremen sidder på i 12 timer, og det anbefales at undgå intensiv kropskontakt i 36 timer efter behandlingen. Det kunne eksempelvis være seksuel kontakt eller at ligge tæt og kramme.

Næste morgen vaskes cremen grundigt af med varmt vand og sæbe – helst ved et brusebad.

Behandlingen med Permethrin creme gentages efter en uge på helt samme måde.

Anna: Efter man selv og ens husstand og alle andre relevante personer er behandlet følger der en større rengøring. Hvad indebærer denne rengøring?

Siri: Efter behandlingen skal du tage rent tøj på.

Med engangshandsker på skifter du sengetøj og håndklæder. Puder og dyner skal ligges i en plasticpose i en uge eller vaskes på 60 grader. Madrasser støvsuges grundigt inden det nye lagen lægges på.

Møbler, gulvtæpper, bilsæder og lig. støvsuges grundigt.

Det tøj du har brugt indenfor den sidste uge, skal enten vaskes ved minimum 60 grader eller lægges væk en uge. Overtøj, hjemmesko og andet tøj /sko der ikke tåler vask skal lægges væk i plasticpose i en uge

Vask tøj ved mindst 60°, og gerne kogevaske af håndklæder og sengetøj.

Alle overflader tørres af, tænk også på mobiltelefoner, computer osv.

Anna: Tidligere i dette afsnit fortalte læge Maria Blomberg at miderne kunne leve 4 døgn uden for kroppen. Hvorfor anbefaler vi at stille tingene væk en uge?

Siri: Maria fortalte at miden vil kunne leve i 4 døgn ved 20 grader (10), men overlevelsen varierer med temperaturen og luftfugtigheden, således at miden lever længere ved lavere temperatur og højere luftfugtighed. I Danmark har vi meget varierende temperatur og luftfugtighed og derfor anbefaler vi at man stiller alt af stof der ikke kan vaskes ved 60 grader væk i en uge for at være sikker på der ikke er levende mider tilbage når man tager det i brug igen. Alternativt kan det lægges i en fryser, som fryser minimum minus 10 grader i fem timer.

Anna: Skal rengøringsregimet gentages efter 2 behandling?

Ja, rengøring og vask gentages på samme måde som lige forklaret efter 2. creme behandling.

Anna: Det er et meget stort projekt at behandle mod fnat?

Siri: Ja det er det og vi anerkender at det er et kæmpe og meget stort projekt som personen der smittet og eventuelle hele familie skal igennem. Men vi kan ikke understrege nok, hvor vigtigt det er at man smører sig og rengør korrekt. Hvis man ikke følger retningslinjerne, er der risiko for at man ikke kommer af med fnatten.

Anna: Er der bivirkninger til Permethrin creme?

Siri: Sjældent kan Permethrin creme give bivirkninger i form af udslæt på huden. Dette kan evt. behandles med noget hormoncreme, som lægen skriver recept på.

Anna: Hvis Permethrin ikke har haft effekt kan man vælge at forsøge med et andet middel eks. Svovlvaseline eller Tenutex. Men er der markant anderledes ting ift. De andre præparater og hvordan man behandler?

Hvis permethrin ikke virker kan man blandt andet vælge Tenutex. Der er ikke så store forskelle på behandlingsregimet mellem Tenutex og Permethrin, men Tenutex skal sidde på huden i 24 timer og Tenutex skal opbevares på køl. Behandlingen gentages efter 7 dage på samme måde som Permethrin og rengøringen er den samme som ved Permethrin.

Ved Svovlvaseline er behandlingen lidt anderledes end ved Permethrin. Ved svovlvaseline skal man smøres ind 3 dage i træk og må i løbet af de tre dage ikke vaske salven væk. Efter 3 dage vaskes svovlvaselinen af. Det vil sige at man ikke skal gå i bad i tre dage, men først efter 72 timer fra første behandling. Og så er det vigtigt at huske at hver gang man går på toilettet skal salven påføres igen ved kønsdelene og hænderne efter håndvask.

Anna: Ja og det betyder så også at hvis man skal vaske op eller lave andet vådt arbejde anbefaler vi at man tager engangshandsker på.

Siri: ja præcis.

Anna: Hvor meget svovlvaseline skal man bruge til en person?

Siri: Voksne og børn over 12 år skal dagligt smøre med cirka 50 gram hvilket svarer til en bønne. Børn fra 6-12 år skal cirka bruge 25 gram dagligt og børn fra 2 måneder til 5 år skal dagligt bruge mellem 10-25 gram.

Man skal dog være opmærksom på at det kan variere efter kropsstørrelse, så en person større end gennemsnittet skal måske bruge lidt mere.

Anna: Og jeg kan lige tilføje at svovlvaseline gerne må anvendes af gravide eller ammende. Hvordan er det med rengøring ved svovlvaseline? Skal det gøres en gang til slut eller hvordan?

Siri: Nej det er vigtigt med svovlvaseline at rengøringen foretages lige før påsmøring af salven samt lige efter afvaskningen af salven. Så det vil sige helt samme rengøringsregime som ved Permethrin cremen, men det der er anderledes ved Svovlvaseline er at rengøringen foretages lige før man påfører svovlvaselinen første gang og lige efter man har vasket den af, altså efter 72 timer.

Outro:

Med de ord afslutter vi dette afsnit med fnat. Jeg vil gerne lige gøre opmærksom på at vi har lavet en film om fnat og behandling som kan findes på Gentofte hospitals hjemmeside under vores afdeling, eller på YouTube ved at søge på: Hvad er fnat og hvordan behandler man det? Tak fordi du lyttede med og på genhør.