

# Atopiska vinterfötter

## Patientinformation

Så kallade atopiska vinterfötter är en mycket envis och besvärlig hudsjukdom, vanligast hos barn mellan 4 och 12 års ålder.



### Klinisk bild

Förändringarna består av ganska blek, torr, ibland lätt rodnad hud, med sprickor som ofta är mycket smärtsamma. I regel är främre trampdynan och särskilt stortån angripna, ibland även hälar. I motsats till fotsvamp ses mycket litet förändringar mellan tår.

Det som oftast besväras mest är hudsprickorna med smärta och ömhet, som försvårar deltagande i gymnastik och idrott. Ibland förekommer även klåda.

### Orsaker

Namnet atopi antyder samband med andra atopiska sjukdomar som astma, hösnuva och atopiskt eksem (böjveckseksem). Någon eller några av dessa sjukdomar kan samtidigt finnas hos barnet, eller hos någon i den övriga släkten. Ofta har dock barnet dessa vinterfötter som **enda** hudsjukdom eller manifestation av atopi. Liknande förändringar kan dock ibland även uppkomma i handflator.

Förutom ett visst sjukdomsanlag för atopi anses rena **nötningsfaktorer** ha stor betydelse, såsom för **varma täta skor eller stövlar** vintertid (av syntetmaterial), klimatförhållande med varm, torr värme inomhus m.m. Det finns ingenting som talar för att t ex någon allergi, svampsjukdom, etc. skulle ligga bakom som orsaksfaktor.

### Sjukdomsförlopp

Sjukdomen pågår vanligen i flera år, blir bättre eller helt bra sommartid, för att återkomma till hösten och vintern. Så småningom lindras besvären och försvinner. Tillståndet kan dock vara mycket långdraget.

### Behandling

Tillståndet är mycket svårbehandlat. Viktigt är att undvika varma täta skor eller stövlar. Byt alltid till luftiga skor eller tofflor inomhus, såväl hemma som i skolan. Man kommer aldrig ifrån att behöva smörja sig, dagligen och regelbundet, med mjukgörande krämer eller salvor. Dessa bör användas morgon och kväll, och alltid efter bad och dusch. Dusch är att föredra framför bad. Vid kraftigare rodnad och klåda kan en tids behandling med kortisonsalva lindra besvären. En **regelbunden daglig och konsekvent hudvård**, och att inte ha för varmt och tätt på fötterna, är sålunda den viktigaste behandlingen.