

## LICHEN SCLEROSUS

Lichen Sclerosus er en bindevævssygdom, der rammer hud og slimhinder på de ydre kønsdele og huden omkring endetarmen. Sygdommen kan i sjældne tilfælde også ses på huden andre steder på kroppen. Der findes ikke nogen dansk betegnelse for sygdommen.

### Sygdommen kan ramme alle

Lichen Sclerosus kan ramme både voksne og børn. Der er flere kvinder end mænd, der rammes, og der er en tendens til, at sygdommen først viser sig efter overgangsalderen.

Hos mange vil sygdommen være kronisk og derfor langvarig. Der kan være ro i tilstanden i perioder.

### Sådan ser sygdommen ud

Når du lider af Lichen Sclerosus, går slimhindernes bindevæv til grunde og erstattes af et fastere bindevæv, som ligner arvæv. Lichen Sclerosus bevirker, at slimhinden på de ydre kønsdele bliver bleg eller hvidlig misfarvet. Samtidig bliver slimhinden tyndere, let rynket og der kan opstå rifter.

Forandringerne ses på de ydre og indre kønslæber hos kvinder, men kan sprede sig ned i mellemkødet og omkring endetarmen. Det er ikke sjældent, at der opstår små blødninger i slimhinden, hvilket resulterer i en rød-blålig mørk misfarvning af slimhinden.

### Symptomer

Lichen Sclerosus opstår gradvist uden kendt udløsende årsag. Mænd og kvinder har forskellige symptomer på sygdommen. Hos kvinder kan Lichen Sclerosus give anledning til:

- kløe, svie, brændende fornemmelse og smerter
- smerter ved samleje
- tynd hud, som sprækker nemt
- blødning i slimhinden.

I udtalte tilfælde, hvor sygdommen ikke behandles i tide, kan der opstå:

- svind af kønslæberne
- forsnævring af skedeåbningen
- sammenvoksning eller tab af indre kønslæber
- stramning af vævet omkring clitoris

### Sådan stilles diagnosen

Lægen stiller diagnosen ud fra synlige forandringer. I nogle tilfælde tages en vævsprøve, men den er ikke afgørende for diagnosen. Lichen Sclerosus mistolkes ofte som en svampeinfektion, og der kan gå lang tid, før den korrekte diagnose bliver stillet.

*Lichen sclerosus*

---

[www.gynaekolog.dk](http://www.gynaekolog.dk)

E mail: [kontakt@gynaekolog.dk](mailto:kontakt@gynaekolog.dk)

Brug gerne lægevejen mhp. kontakt til os.

[Tel:48176250](tel:48176250)

## Sådan foregår behandlingen

Hos langt de fleste patienter kan sygdommen holdes i ro ved behandling med salver, der indeholder binyrebarkhormon. (Dermovat, fås på recept).

Behandlingen kan foregå efter følgende plan:

Første 4 uger: smøres hver aften

- Næste 4 uger: smøres hver 2. aften
- Næste 4 uger: smøres 2 gange om ugen
- Derefter vedligeholdelsesbehandling 1 gang om ugen som livslang behandling.
- OBS max 30-60 gram/år. Du skal ved hver smøring bruge en mængde, der svarer til en ært eller lillefingernegl.
- Samleje frarådes i 30 min. efter påsmøring af Dermovat.

Efter 3 måneders behandling kan du altså nøjes med at smøre med salve 1 gang om ugen. Vi anbefaler, at du fortsætter med det gennem resten af livet.

Samtidig anbefales behandling med fedtcreme eller olie mindst 2 x dagligt. Man må gerne blande fedtcreme sammen med salven.

Du skal starte med at smøre fortil ovenover forhuden, der dækker klitoris. Derefter smører du ned på begge sider mellem de store og de små kønslæber. Herefter smører du op under forhuden, der dækker klitoris, så den forbliver løs og mobil. Så smører du på indersiden af de små kønslæber hele vejen rundt i skedeåbningen. Sygdommen går helt ind til mødomskransen, så du skal smøre lidt ind i selve skedeåbningen. Til sidst smører du i mellemkødet og rundt om endetarmsåbningen, hvis du har gener der. Hvis du har forstramminger i slimhinden, er det vigtigt, at du masserer dem i forbindelse med påsmøring af creme og salve.

Når behandlingen virker, vil sygdommen holde sig i ro, men du vil stadig opleve at have en blegere og lidt sartere slimhinde.

## Hvis sygdommen blusser op

Lichen Sclerosus er en kronisk lidelse, og sygdommen kan derfor til tider blusse op, når den har været i ro. I så fald kan du intensivere brugen af fedtcreme i nogle dage. Såfremt det ikke har tilstrækkelig effekt, kan du uden problemer smøre 1 gang om dagen i 4-7 dage med Dermovat. Herefter går du tilbage til vedligeholdelsesbehandling 1 gang om ugen.

## Hygiejniske råd

God hygiejne er vigtig, når du lider af Lichen Sclerosus:

*Lichen sclerosus*

---

[www.gynaekolog.dk](http://www.gynaekolog.dk)

E mail: [kontakt@gynaekolog.dk](mailto:kontakt@gynaekolog.dk)

Brug gerne lægevejen mhp. kontakt til os.

[Tel:48176250](tel:48176250)

- Plej de ydre kønsdele godt. Man må gerne bruge sæbe, f.eks. intimsæbe eller anden parfumefri sæbe. Husk at skylle sæben ordentlig af, og tør huden godt bagefter.
- Man kan evt. anvende vaskeolie/badeolie i stedet for sæbe, f.eks. Verigentle, Ceridal eller Decubal.
- Du kan eventuelt rense med olie efter toiletbesøg eller før bad i stedet for.
- Brug en god fedtcreme (min. 70% fedt) eller olie f.eks.: Decubal, Warming critical care, Apotekets babysalve, Locobase, mandelolie, kokosolie, babyolie eller M-Derma hudolie.
- I forbindelse med bad, svømning, cykling eller anden fysisk aktivitet kan du bruge fedtcreme eller silikonebaseret glidecreme f.eks.: Pjur med SOFT glide eller Pjur med PREMIUM glide, Klick supreme glide.
- Ved rifter eller irritation kan man evt. anvende Panthenol salve 1 gang dagligt som supplement til øvrig behandling.

### **Samliv og sex**

Sygdommen har stor indflydelse på samliv. Det kan være vanskeligt at gennemføre et samleje på grund af smerte. Det er vigtigt, at du fortæller din partner, hvor meget sygdommen påvirker dig og din krop.

I fællesskab må I prøve at finde nogle løsninger, så I kan opretholde jeres samliv. Det kan være en idé at prøve andre skånsomme samlejestillinger, anvende glidecreme, olie eller fedtcreme. For at forbygge sammenvoksning anbefaler vi at bruge dilatatorer.

Ved andre sexologiske problemer er der mulighed for henvisning til Sexologisk rådgivning.

*Lichen Sclerosus smitter ikke.*

### **Kontrol**

Du tilbydes kontrol efter individuelt behov.

Oftest vil kontrollen bestå af kliniske undersøgelser efter 3 eller 6 eller 1 år. Hensigten med denne skriftlige vejledning og den opfølgende kontrol, er at gøre dig i stand til selv at varetage behandling og pleje af din hudsygdom.

Hvis sygdommen holder sig i ro, anbefaler vi kontrol 1 gang om året.

Dels for at justere behandling og dels for at sikre, at der ikke er opstået celleforandringer.

Dette sker dog yderst sjældent!

Du skal også henvende dig, hvis symptomerne ikke bedres af behandlingen, eller hvis der opstår sår, som ikke heler. Kontakt os, hvis der dannes knuder i området.

*Lichen sclerosus*

---

[www.gynaekolog.dk](http://www.gynaekolog.dk)

E mail: [kontakt@gynaekolog.dk](mailto:kontakt@gynaekolog.dk)

Brug gerne lægevejen mhp. kontakt til os.

[Tel:48176250](tel:48176250)

**Du skal have taget en blodprøve**

Sygdommen hænger ofte sammen med andre sygdomme som stofskiftesygdomme og diabetes. Du skal derfor have taget en blodprøve, så du kan blive screenet for stofskiftesygdomme, når du har fået konstateret Lichen Sclerosus.

**Kontakt og mere viden**

Du kan finde mere viden på følgende hjemmesider: Sundhed.dk –

patienthåndbogen: søg på Lichen sclerosus

[www.patienthåndbogen.dk](http://www.patienthaendbogen.dk)

Patientforeningen: Lichen Sclerosus Foreningen.

[www.lichensclerosus.dk](http://www.lichensclerosus.dk)

Dansk Selskab for Vulvalidelser.

[www.dsvl.dk](http://www.dsvl.dk)

Hvis du har spørgsmål til behandlingen, er du velkommen til at kontakte os.

**BEHANDLINGS SKEMA**

<b>1-4 uger</b>	<b>4-8</b>	<b>8-12</b>	<b>EFTER 12 UGER</b>	<b>HUSKE</b>
<i>1x dgl</i>	<i>1x hver anden dag</i>	<i>1x hver 3. dag</i>	<i>1X UGENTLIGT ALTID</i>	<i>DAGLIG MANDLE OLIE ELLER WARMING CRITICAL CARE SALVE</i>

*Lichen sclerosus*

[www.gynaekolog.dk](http://www.gynaekolog.dk)

E mail: [kontakt@gynaekolog.dk](mailto:kontakt@gynaekolog.dk)

Brug gerne lægevejen mhp. kontakt til os.

[Tel:48176250](tel:48176250)

*Rev.PC 4/2023 revideres 4/2026*

*Lichen sclerosus*

---

[www.gynaekolog.dk](http://www.gynaekolog.dk)

E mail: [kontakt@gynaekolog.dk](mailto:kontakt@gynaekolog.dk)

Brug gerne lægevejen mhp. kontakt til os.

[Tel:48176250](tel:48176250)