



Brugsvejledning til A-vitaminsyrecreme

Hvorfor anvendes A-vitaminsyrecremen?

A-vitaminsyrecreme anvendes til behandling af huden for at udtynke det yderste hornlag på overhuden, samt for at øge overhudens væksthastighed. En forøget kollagendannelse i læderhuden vil også kunne opnås, hvis man dagligt ved påsmøringen af cremen ser en ganske let rødme og afskalning af huden. Ved korrekt brug vil fine rynker derfor mindskes, overfladiske pigmentpletter vil bleges, og huden vil få et friskere udseende.

Avitaminsyrecremen kan med fordel anvendes som forbehandling til bl.a. Photorejuvenation trin 2 samt til peeling. Cremen anvendes i minimum 4 uger før behandlingen. (Huden må gerne være let rød på behandlingsdagen.)

Lysgennemtrængeligheden af de øverste lag i huden øges, og dermed maksimeres effekten af behandlingen.

Hvordan anvendes A-vitaminsyrecremen?

Efter afrensning af huden om aftenen påsmøres huden et tyndt lag A-vitaminsyrecreme. I den første uge påsmøres A-vitaminsyrecremen hver anden aften. Herefter afhænger påsmøringshyppigheden af, hvor meget huden skaller, og hvor rød og irriteret huden bliver. Det gælder om at smøre så hyppigt som muligt, men kun præcis således at huden lige netop skaller let og bliver en smule stram og let rød. Der må ikke komme voldsom irritation og kraftig

afskalning. Hvis det sker, skal man holde pause i 2-4 dage, og derefter starte med længere intervaller mellem påsmøringerne, f.eks. hver 3. dag. Der er stor forskel på, hvor ofte man kan smøre A-vitaminsyrecreme på de forskellige hudområder i ansigtet og på kroppen. Det gælder om, at alle områder får præcis hvad de kan tåle, dvs. så der netop kommer en let reaktion i form af stramning af huden om morgenen, let afskalning og let lyserød farve af huden. Derfor skal der smøres med forskellige intervaller i de forskellige hudområder. Man kan ikke give nogen helt nøjagtig vejledning i, hvor hyppigt den enkelte person skal behandle sig i de forskellige områder, da følsomheden for A-vitaminsyrecreme er forskellige fra person til person. Huden ved øjnene, under næsen, ved mundvigene og på hagen er oftest mest sart. Derfor kan huden her måske kun tåle påsmøring hver anden eller tredje aften. Huden i panden er ofte kraftig, og tåler ofte påsmøring hver dag. Huden på kinderne tåler eventuelt også påsmøring hver dag osv.

Det kan være en god idé at tegne et ansigt på et stykke papir, og herpå skrive hvilke dage, man smører de forskellige områder. Efter et stykke tid kommer man ind i en rytme, hvorefter det går lettere, og huskesedlen eventuelt kan undværes. Ved brug over længere tid vænner huden sig til behandlingen, og påsmøringshyppigheden kan øges. Hudens reaktion mindskes, og for at få den maksimale effekt bør man derfor smøre hyppigere. Afskalningen



Speciallægerne Plastikkirurgisk Klinik Aarhus

mindskes, men det er stadig ønskeligt at opnå let stramning og let rødme af huden - især hvis man ønsker at øge dannelsen af hudens kollagen og forebygge rynker. Man må gerne anvende en almindelig natcreme på de områder, som eventuelt ikke behandles om aftenen, men man må ikke blande A-vitaminsyrecremen med andre cremer, da det vil fortynde virkningen.

Bivirkninger og forsigtighedsregler:

Hvis cremen påsmøres for hyppigt eller i et tykt lag, kan der komme eksem-lignende hududslæt og irritation med svie i huden samt for kraftig afskalning.

A-vitaminsyrecreme må ikke anvendes på eksem, da eksem kan forværres. På mørkere hudtyper kan irritation fra A-vitaminsyre i nogle tilfælde give mørkfarvning af huden. Dette forsvinder

normalt efter ophør med cremen, men vil i sjældnere tilfælde kunne give vedvarende mørkfarvning.

Cremen må ikke anvendes om morgenen, da huden så kan reagere med øget lysfølsomhed, og dermed øget risiko for ujævn mørkfarvning.

Om dagen skal huden beskyttes med en solcreme med mindst faktor 24 - eller hvis man har en lys hudtype eller færdes meget i solen skal man bruge faktor 50+ så længe cremen benyttes.

Hvem må ikke anvende cremen?

Gravide og ammende.

Personer med leversygdomme.

**Venlig hilsen
Plastikkirurgisk Klinik Aarhus**

Peter Bjerring
professor, dr.med.
speciallæge i hudsygdomme
rev. marts 2025
næste rev. marts 2027