

VITILIGO

Iholiitto ry

Sisällys

Mitä vitiligo tarkoittaa?.....	3
Vitiligon synty	3
Vitiligon hoito	4
Ihon suojaaminen	5
Suojavoiteet.....	5
Vaatteet.....	6
Kosmetiikka	6
Oma yhdistys vitiligopotilaille	7

Asiantuntija: ihotautilien erikoislääkäri Leena Koulu, TYKS

Julkaisija Iholiitto ry

Tarkistettu painos v. 2002

Painopaikka: Koski-Print, Valkeakoski 2002

Mitä vitiligo tarkoittaa?

Vitiligo, jota kutsutaan myös valkopälveksi, on ihon pigmenttihäiriö. Vitiligo on yhtä yleinen naisilla ja miehillä. Sitä esiintyy noin 1 %:lla väestöstä. Suomessa arvioidaan olevan 70 000-80 000 vitiligoa sairastavaa. Vitiligo on perinnöllinen, sillä 30-40 prosentilla potilaista on vitiligoa myös suvussa. Tarkkaa periytymistapaa ei toistaiseksi tunneta. Vitiligo puhkeaa usein alle 20-vuotiaana.

Häiriön seurauksena iholle muodostuu vaaleita, tarkkarajaisia päiviä, joissa ei ole pigmenttiä. Vähitellen pigmenttittömät alueet kasvavat ja sulautuvat yhteen muodostaen iholle laajoja valkoisia alueita. Ilman pigmenttiä olevia ihoalueita voi olla muutamia tai niitä voi olla kaikkialla ihossa. Vitiligon laajenemista on vaikea ennustaa. Vaaleassa ihotyypissä ei vitiligoa juuri talvisin erota, mutta kesäisin rusketus tuo vitiligoalueet näkyviin. Tummemmissa ihotyypeissä vitiligo erottuu läpi vuoden.

Vitiligo esiintyy tavallisimmin kasvoissa suun ja silmien ympärillä, käsissä, kainaloissa, nivusissa ja navan ympärillä. Vitiligoa on usein myös raajojen hankausalueilla kuten kyynärpäissä ja polvissa tai nilkoissa tai iholuomen ympärillä. Vitiligoalue

saattaa syntyä myös jonkin ihovaurion jälkeen, jolloin se voi esiintyä missä osassa ihoa tahansa.

Vitiligoalueet esiintyvät yleensä varfalolla symmetrisesti.

Täydellisestä vitiligosta puhutaan silloin, kun pigmenttiä ei ole iholla enää havaittavissa tai pigmenttiä on jäljellä hyvin pieniä määriä. Myös hiusten pigmentti voi hävitä tai osa hiuksista voi muuttua kokonaan valkoisiksi tai harmaantua ennenaikaisesti.

Pigmentin puuttumisen takia vitiligoiho palaa auringossa hyvin herkästi. Siksi ihoa on suojattava ultraviolettisäteilyltä tarkasti.

Vitiligon synty

Vitiligon syntymekanismi on edelleen selvittämättä. On kuitenkin arveltu, että ihon pigmenttisolut eli melanosyytit tuhoaisivat itsensä tai että ihohermot erittäisivät pigmenttisoluja vahingoittavia aineita.

Vitiligo on luokiteltu autoimmuunisairaudeksi eli tilanteeksi, jossa elimistö reagoi omia kudoksia kohtaan. Vitiligossa se tuhoaa pigmenttisoluja.

Potilaat yhdistävät varsin usein vitiligon puhkeamisen psyykkiseen stressiin. Toisaalta vitiligo voi aiheuttaa

psykkistä räsitystä, etenkin jos läiskät ovat näkyvillä ihoalueilla.

Vitiligon hoito

Vitiligon hoito kannattaa aloittaa mahdollisimman varhain, heti oireiden ilmaannuttua. Hoidon tavoitteena on saada melanosyytit lisääntymään ihoalueella, josta ne ovat katoamassa. Vitiligoalueen jäljellä olevat melanosyytit voidaan saada toimimaan silloin, kun ne eivät ole vielä kokonaan tuhoutuneet. Lisääntyessään melanosyyttien on löydettävä tiensä vitiligoläiskiin joko viereisestä normaalipigmenttisestä ihosta tai ihokarvatupeista. Usein uusi pigmentaatio näkyykin ensin pistemäisenä karvatupen ympärillä. Vitiligon vaikeusaste ja ihon pigmenttimäärä määräävät pitkälti hoitotavan.

Vitiligon hoito kuuluu ihotautilääkärille. Siihen ei vielä ole varmuudella tehoavaa hoitoa eikä selkeitä hoitosuosituksia. Alkuvaiheessa rajoittuneen vitiligon hoitoon voidaan käyttää keskivahvoja steroidivoiteita. Hoitotulos, ihon uudelleenpigmentoituminen, vaihtelee yksilöllisesti ja uuden pigmentin kehittyminen vie useita viikkoja. Paikallista steroidihoitoa käytettäessä on ihoa seurattava huolellisesti mahdollisten sivuvaikutusten

kuten esim. ihon ohenemisen riskin vuoksi. Laaja-alaisessa vitiligossa ehkä tehokkaimmaksi hoidoksi on osoittautunut ns. kapeakaista UVB-valohoito. Molempia hoitovaihtoehtoja voidaan harkita myös lapsipotilaille.

UVA- tai SUP-valohoito yhdessä valolle herkistävän lääkkeen, psoralenin, kanssa (PUVA-hoito) on kapeakaista UVB-valohoitoa vanhempi vitiligon hoitovaihtoehto. Valohoidot ruskettavat normaalin ihon, joten alussa ero vitiligo-ihon ja terveen ihon välillä tulee entistä selvemäksi. Valohoidossa vitiligoiho voi oppia sietämään paremmin auringon uv-säteilyä, vaikka hoito ei saisikaan aikaan uutta pigmenttiä.

PUVA-hoidossa käytettävät lääkkeet, psoralenit, ovat luonnossa esiintyviä tai keinotekoisia yhdisteitä, jotka herkistävät ihon ultraviolettivalolle. Psoralenit otetaan ennen valohoitoon menoa joko sisäisesti tablettina tai ne sivellään iholle voiteena tai liuksena. Psoraleni yhdistetään yleensä UVA-valoon, mutta se voidaan yhdistää myös SUP-valohoitoon. SUP-valo on lähellä auringon uv-säteilyä.

Valohoidossa käynti vaatii potilaalta kärsivällisyyttä ja motivaatiota, sillä hoidoissa on käytävä 2-3 kertaa viikossa usean kuukauden ajan. Hoidon

kustannukset ovat melko kalliita, vaikka Kansaneläkelaitos korvaakin osan yksityispuolen valohoitokustannuksista.

Vitiligo voidaan jättää vaille hoitoa, mikäli se ei rasita potilasta henkisesti. Jos vitiligopälvet palavat herkästi auringossa, on syytä hakeutua ihotautilääkärin vastaanotolle. Toisinaan vitiligopälvet pigmentoituvat itsestään ilman hoitoa.

Ihon suojaaminen

Rusketus on ihon tapa suojautua auringon ultraviolettisäteilyltä eli uv-säteilyltä. Rusketus syntyy, kun valo lisää pigmenttisolujen tuottamaa melaniinia. Pysyvä rusketus näkyy muutaman päivän viiveellä. Nopea rusketus syntyy valon aktivoitessa ihossa valmiina olevan melaniinin. Pigmentitön vitiligoiho on alttiina uv-säteilyn aiheuttamille haitoille ilman vähäistäkin pigmentin tarjoamaa suojaa. Siksi iho tarvitsee vaatteiden ja suojavoiteiden antamaa suojaa.

Punerajaksi kutsutaan sitä aikaa, jossa ruskettumaton iho ilman suojaa palaa auringossa. Erittäin auringonherkkä, karaistumaton normaali iho palaa Pohjolassa jo 5-10 minuutissa kesällä keskellä päivää. Etelässä palaminen

tapahtuu vieläkin nopeammin. Suoja-aikaa lyhentävät ja auringon voimaa kasvattavat ympäristökijät kuten vesi, hiekka, lumi tai vuoristo. Keskipäivän (klo10-14) auringon säteily on voimakkaampaa kuin iltapäivän tai varhaisen aamun.

Suojavoiteet

Auringonsuojavoiteiden suoja perustuu joko kemiallisiin tai fysikaalisiin suodattimiin, jotka matkivat ihon oman pigmentin tapaa imeä, hajottaa ja heijastaa auringon uv-säteilyä. Suojavoiteissa vaikuttavat suodattimet ovat fysikaalisia pigmenttejä, jotka jäävät ihon pintaan heijastamaan uv-säteilyä iholta takaisin, tai kemiallisia, ihon pintakerrokseen kiinnittyviä kemikaaleja. Niitä käytetään suojavoiteissa joko yhdistelminä tai erikseen.

Suojavoiteissa on lisäksi rasvamaisia aineita, jotka kosteuttavat ja kuljettavat vaikuttavia aineita ihoon. Sen lisäksi niissä voi olla silikoneja estämässä veden vaikutusta sekä värejä, pigmenttejä, hajusteita, antioksidanteja sekä muita aineita.

Auringonsuojavoiteisiin kohdistuva tutkimus on nykyisin vilkasta. Ne voivat aiheuttaa ihoärsytystä, harvoin allergiaa ja ns. mallorcan-aknea. Fysikaaliset suojat, joista yleisimmät ovat

titaanioksidi, sinkkioksidi ja talkki, eivät yleensä ärsytä herkkääkään ihoa. Fysikaalisten suodattimien ongelmana on niiden vaikea puhdistettavuus, jolloin jäämät voivat tukkia ihohuokosia. Nykykosmetiikan teknologiat mahdollistavat myös kemikaalien koteloimisen mikropalloihin, jolloin kemikaalit eivät pääse kosketuksiin ihon kanssa, ja aikanaan kuoriutuvat kuolleen ihosolukon kanssa pois.

Suojavoiteen huolellinen puhdistaminen iholta on tärkeää. Pesuun voi käyttää happamia pesunesteitä tai perusvoidepesua, joka irrottaa myös vaikeasti puhdistettavan fysikaalisen suoja-aineen iholta.

Aurinkovoiteen vaikutus on tehokain silloin, kun sitä levitetään iholle paksult ja 30 minuuttia ennen aurinkoaltistusta.

Ks. myös Iholiiton Iho ja aurinko-opas.

Vaatteet

Päähineet ja vaatteet ovat vitiligoiholle tärkein perussuoja. Perussääntönä on, että keinokuitu suojaa enemmän kuin luonnonkuitu, villa paremmin kuin puuvilla ja värjätty kangas paremmin kuin värjäämätön.

Kasvojen ja käsien vitiligoihoa suojaavat parhaiten päähineet sekä käsineet. Erityiskäsitteltyjä, suojakertoimen omaavia vaatteita ei vielä toistaiseksi ole Suomessa myynnissä, mutta niitä on runsaasti tarjolla mm. Yhdysvalloissa, Kanadassa sekä Australiassa.

Aurinkokertoimilla varustettujen vaatteiden valmistajia voi tiedustella Iholiitosta.

Kosmetiikka

Kasvoissa vitiligopälvät voidaan melko hyvin peittää värivoiteilla, jos väriero on häiritsevä. Pigmenttipitoinen värivoide suojaa ihoa myös uv-säteilyltä, ja voiteissa on suojasta yleensä maininta. Erityisesti vitiligoiholle on suunniteltu esim. Joe Blason Dermaceal-peittovoide. Kosmetologit antavat sekä naisille että miehille neuvoja ja opastusta värivoiteiden käytöstä.

Ihoa keinotekoisesti ruskettavat voiteet ovat kevyitä ja helppokäyttöisiä värierojen tasaamiseen. Itseruskettavien voiteiden vaikuttava aine on dihydroksiasetoni eli DHA, joka värjää ihon sarveiskerroksen. Herkistyminen voiteen ainesosille on harvinaista. Keinorusketus kestää iholla joitakin päiviä, ja väriä ylläpidetään uusintäkäsittelyllä muutaman kerran viikossa. Itseruskettavista voiteista ei tiettävästi

ole mitään haittaa pitempiaikaisessa-
kaan käytössä. Auringon uv-säteilyltä
ne eivät kuitenkaan suojaa, ja iho
on suojattava vaattein palamisen
välttämiseksi. Voiteiden käyttö vaatii
harjoittelua.

Jotkut ulkomailta saatavat itserusket-
tavat voiteet saattavat sisältää psora-
leeneja, jotka nopeuttavat rusketusta,
mutta voivat aiheuttaa vitiligoiholla
voimakkaan auringonpolttaman. Suo-
messa psoraleenit ovat reseptilääkkei-
tä ja hoidot tehdään ihotautilääkärin
valvonnassa. Itsehoito psoraleeneilla
on vaarallista, koska seurauksena voi
olla vakavia palovammoja laajoilla
ihoalueilla. Tuotteen aineosaluette-
lostä on hyvä tarkastaa, ettei siinä ole
valolle herkistäviä aineosia, kuten 8-
metoksipsoraleenia eli metoksaleenia
tai 5-metoksipsoraleenia eli bergap-
teenia.

Suomen Alopecia- ja vitiligopotilaat ry

Vitiligoa sairastaville on oma etu- ja
tiedotusjärjestö. Yhdistys järjestää
jäsentapaamisia sekä luento- ja tiedo-
tustilaisuuksia. Niissä jaetaan tietoa
uusimmista hoidoista sekä vaikutetaan
siihen, että vitiligoa ei pidettäisi vain
kosmeettisena haittana.

Lisätietoja yhdistyksen toiminnasta
sekä vitiligosta ja sen hoidosta saa Iho-
liitosta, puh. 09-756 2010, sähköposti:
toimisto@iholiitto.fi.



Iholiitto ry
Karjalankatu 2 B, 3. krs.
00520 Helsinki
puh. 09-7562 010
faksi: 09-7562 0120
sähköposti:
toimisto@iholiitto.fi
www.iholiitto.fi

Iholiiton avohoito- ja neuvontapisteet:



Ihopiste Helsinki

Töölönkatu 11
00100 Helsinki
09-454 2730
faksi: 09-4542 7313
sähköposti:
ihopiste.helsinki@iholiitto.fi



Ihopiste Rovaniemi

Pohjolankatu 4-6
96100 Rovaniemi
puh. 016-425 0200
faksi: 016-425 0201
sähköposti:
ihopiste.rovaniemi@iholiitto.fi



Ihopiste Tampere

Hämeenkatu 25 B, 4. krs.
33200 Tampere
puh. 03-222 8011
faksi: 03-222 8012
sähköposti:
ihopiste.tampere@iholiitto.fi