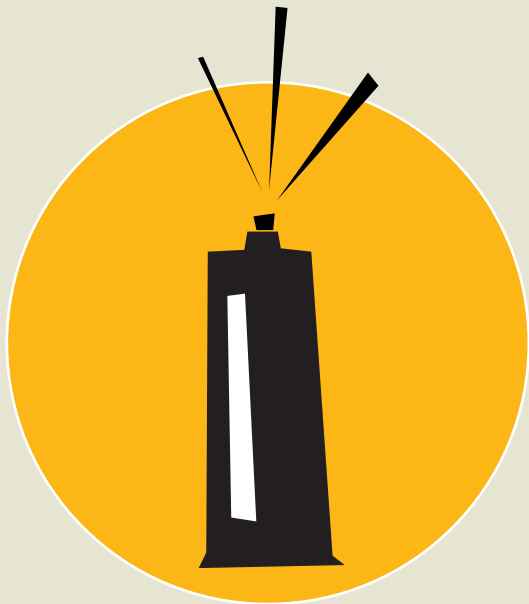
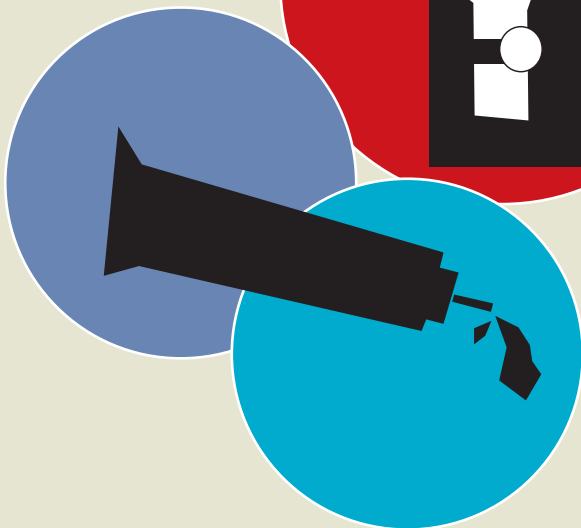




ARBETSMILJÖ  
VERKET



**Allergi,  
irritation,  
kontakteksem**





Alla som kommer i kontakt med irriterande ämnen riskerar att få eksem. Därför måste man undvika hudkontakt med sådana ämnen. Den som får kontakteksem av ett ämne i sin arbetsmiljö måste ibland byta arbetsuppgifter för att besvären ska försvinna. Bästa sättet att undvika kontakteksem är att (om möjligt) byta ut alla ämnen som irriterar eller framkallar allergier.



## Undvik hudkontakt med irriterande ämnen



Såväl i arbetslivet som på fritiden utsätts huden för en rad påfrestningar. Bland annat utsätts den för en mängd irriterande ämnen som kan ge upphov till eksem. Eksem som orsakas av yttre påverkan kallas kontakteksem. Det är en vanlig hudsjukdom. Hur bra huden tål irriterande ämnen varierar beroende av bl.a. ålder, hormoner, allmäntillstånd, årstid men även av ärftlighet.

### Två olika slags påverkan på huden

- Icke-allergiskt kontakteksem
- Allergiskt kontakteksem



### Icke-allergiskt kontakteksem

Det icke-allergiska kontakteksemet debuterar oftast inte plötsligt utan är i stället följden av något som kan ha förekommit under lång tid där den enskilde personen har upplevt torr och narig hud. Besvären försvinner då exponeringen tillfälligt upphör under veckoslut och/eller med hjälp av behandling med mjukgörande kräm. Däremot om exponeringen fortsätter och huden lämnas obehandlad så uppkommer lätt ett icke-allergiskt kontakteksem som



förutom den torra nariga rodnade huden också kan karaktäriseras av kliande knottror på det ställe där eksemet finns, oftast händerna. Således finns det under lång period varningssignaler som gör att eksemet kan förebyggas.

## Kontakteksem kan drabba alla vid tillräcklig exponering

### Exempel på irriterande ämnen:

#### Tvätt- och rengöringsmedel samt lösningsmedel

Tvätt- och rengöringsmedel samt lösningsmedel löser upp hudens skyddande fettlager och gör huden mer känslig för irriterande ämnen i medlen, t.ex. enzymer, vitmedel och blekmedel. Flytande tvätt- och rengöringsmedel innehåller dessutom ofta irriterande allergiframkallande substanser och konserveringsmedel.

#### Våta arbeten

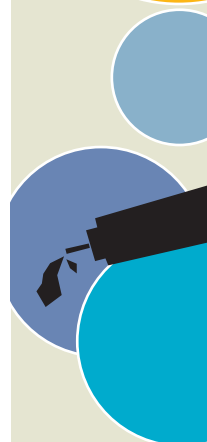
Våta arbeten innebär en risk då de gör huden fuktig och uppluckrad, och därmed mer känslig och genomsläpplig för irriterande ämnen. Icke-allergiska kontakteksem drabbar ofta frisörer, städare, sjukvårdsbiträden, slaktare och kallskänkor.

#### Livsmedel

Inom livsmedelsindustrin utsätts många för safter av grönsaker, kött, fisk och skaldjur eller oljor i citrusfrukternas skal. Dessa kan också ge kontakteksem.

#### Skärvätskor och mineraloljor

Skärvätskor och mineraloljor används inom metall- och verkstadsindustrin. De kan innehålla emulgeringsmedel, rostskyddsmedel, biocider och konserveringsmedel samt små metallpartiklar som kan ge både ett icke-allergiskt kontakteksem och allergiskt kontakteksem.





## Så här utvecklas ett allergiskt kontakteksem

Nickelallergi är mycket vanligt och har ofta orsakats av håltagning i huden och användande av nickelhaltiga smycken.

För att ett allergiskt kontakteksem ska uppstå krävs först en kontaktallergi. Efter att i kanske många år burit örhängen reagerar plötsligt kroppen med en överkänslighetsreaktion. Man har då blivit allergisk (sensibiliserad). Vid varje ny kontakt med nickel, även i mycket små mängder, uppstår sedan ett allergiskt kontakteksem. Det allergiframkallande ämnet kallas för allergen.

Det akuta eksemet visar sig som rodnad, svullnad och vätskefyllda blåsor, och kliar. Kroniska eksem påminner om det icke-allergiska med rodnad och torr fjällande hud förutom klåda.

### Eksemet dyker sedan upp var som helst

Hela personen blir överkänslig. Det allergiska kontakteksemet kan dyka upp var som helst där huden kommer i kontakt med allergenet. Den som blivit sensibiliserad t.ex. mot gummi av ett par handskar kan senare få eksem av resåren i strumporna.

### Sensibiliserande (allergena) ämnen

Både föremål, kemiska produkter, livsmedel, kosmetika och läkemedel kan ge allergier. Lagstiftningens krav på hur personer som kommer i kontakt med dessa produkter ska informeras om risker för allergier varierar. Kemiska produkter ska märkas. Märkningen ska ge upplysning om produkten kan vara allergiframkallande. Beträffande kosmetiska och hygieniska produkter kan man få hjälp av innehållsförteckningen om man vet att man är allergisk mot någon av komponenterna. I vissa fall kan det också finnas varningstexter på kosmetika om risker för överkänslighet.

I Arbetsmiljöverkets föreskrifter om Hygieniska gränsvärden och åtgärder mot luftföroreningar finns en gränsvärdeslista. I listan är de sensibiliserande ämnena (allergener) markerade med ett S. Mer fullständiga upplysningar finns i Kemikalieinspektionens klassificeringsdatabas på deras hemsida [www.kemi.se](http://www.kemi.se)

## Exempel på allergen:

- **Nickel** är det vanligaste allergenet. Det drabbar personer som ofta kommer i kontakt med nickel i metallspännen, mynt, gem, saxar och kontorsutrustning. Orsaken till själva överkänsligheten är ofta just håltagning och sedan användande av nickelhaltiga smycken. Men även handverktyg i t.ex. verkstäder är en vanlig orsak till nickelallergi.
- **Krom** finns i rostskyddsfärg, garvat läder och cement. Murare och gjutare som arbetat i bortåt 30 år utan problem kan plötsligt få kromallergi. Numera tillsätts järnsulfat till cementen för att hindra kromet att lösas ut. Garvat läder ger numera sällan allergi.
- **Härdplastkomponenter** som epoxi, fenol-formaldehydharts och akrylater är kraftigt allergiframkallande. Farligast är det epoxiharts som blandas med härdare. Även härdaren kan vara en allergen. Ohärdade komponenter används, förutom för plastproduktframställning, främst i lim och vissa lackfärger. Vid kontakt med uthärdade härdplaster är risken att få kontaktallergi (sensibilisering) för härdplastprodukt försumbar. En redan plastallergisk individ kan dock få ett eksem framprovocerat av en produkt som är uthärdad, men som ändå kan innehålla restmängder av härdplastkomponent.
- **Latex och gummikemikalier** som t.ex. finns i skyddshandskar och ansiktsmasker kan ge allergiskt kontakt-eksem.
- **Kosmetika** innehåller parfymer och konserveringsmedel som kan vara allergiframkallande.





- **Kolofonium (harts)** finns t.ex. i drivremmar, häftor, tejp, isoleringsband och möbelpolish. Det används också som bindemedel inom pappersindustrin.
- **Fler vanliga orsaker:** balsam, formaldehyd, fotokemikalier, fönsterviva, kemiska bekämpningsmedel, oljor, läkemedel för lokalt bruk och korgblommiga växter.



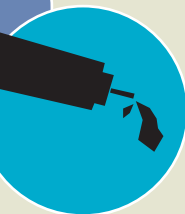
## Hur skyddar man sig mot irriterande ämnen och allergener?

Det bästa sättet att undvika kontakteksem är att byta ut alla irriterande och allergiframkallande ämnen där det är möjligt. I andra hand ska man försöka minska kontakten genom att använda lämplig utrustning och ett bra arbets sätt, god ventilation osv. Det gäller inte bara i arbetsmiljön utan även de ämnen du kommer i kontakt med under fritiden och i hemmet. Alla ämnen går givetvis inte att undvika. Men ibland kan man genom en teknisk lösning undvika risken för hudkontakt.



### Använd personlig skyddsutrustning

Om man inte kan skydda sig mot irriterande ämnen och allergener enligt förra stycket, eller om skyddet är otillräckligt, ska man använda skyddshandskar, ögonskydd och annan skyddsutrustning för att skydda sig.



Det är viktigt att välja rätt sorts skyddshandskar. Handsktillverkare och företagshälsovård kan ge råd vid handskval. Ofta finns rekommendationer om handskmaterial i kemikalieleverantörens säkerhetsdatablad. Olika handskmaterial skyddar mot olika kemikalier. Vissa lösningsmedel går igenom handskarna och verkan av ett ämne på huden inuti en skyddshandske är ofta värre än på oskyddad hud.

Gummihandskar kan ge allergi. Plasthandskar är som regel att föredra. Huden blir ofta fuktig i handskarna och fuktig



hud är mer mottaglig för eksem. Bomullsvantar under en tät handske kan hjälpa mot handsvev.

## Hudvård

För att förebygga uppkomsten och för att förhindra att handeksem blir sämre hos dem som redan drabbats är det viktigt med handhygien.

- Försök att undvika direkt hudkontakt med irriterande eller allergiframkallande ämnen.
- Tvätta händerna med mild, helst oparfymerad tvål och ljummet vatten. Skölj händerna ordentligt och torka väl även mellan fingrarna och under ringar.
- Återfukta huden med en mild, helst oparfymerad hudkräm. Använd samma teknik som när du tvättar händerna. Huden ska inte vara kladdig efteråt.
- Använd inte hudkräm innan du sätter på dig skyddshandskar.
- Bär inte ringar, armband och klocka i vått och smutsande arbete. Fukt och smuts under ringar irriterar huden.

## Vilka ämnen och produkter finns på jobbet?

Arbetsgivaren är skyldig att se till att arbetstagaren får reda på vilka risker ett arbete medför och hur arbetstagaren kan undvika dessa risker. För varje hälsofarlig kemisk produkt ska det finnas ett säkerhetsdatablad från leverantören. Säkerhetsdatabladet tar upp risker, skyddsåtgärder, hälsofarliga beståndsdelar och kemiska egenskaper. Med utgångspunkt från säkerhetsdatabladerna och från förhållandena på den egna arbetsplatsen ska arbetsgivaren lämna hanterings- och skyddsinstruktioner.

Det betyder att du måste få hanterings- och skyddsinstruktioner som du är skyldig att följa. I vissa fall är kraven på information och utbildning högre, bland annat vid hantering av vissa härdplastkomponenter, t.ex. isocyanater och epoxi.



## **Aktuella lagar och regler**

Arbetsmiljölagen, H8

## **Föreskrifter (AFS)**

Härdplaster, AFS 2005:18

Hygieniska gränsvärden och åtgärder mot luftföroreningar, AFS 2005:17

Kemiska arbetsmiljörisker, AFS 2000:4

Användning av personlig skyddsutrustning, AFS 2001:3

Utförande av personlig skyddsutrustning, AFS 1996:7

Medicinska kontroller i arbetslivet, AFS 2005:6

## **Broschyrer**

Hudrengöringsmedel, ADI 341\* endast webben

Isocyanater är farliga, ADI 200

Jobba rätt med epoxi, ADI 150\* endast webben

Kemiska arbetsmiljörisker är fler och närmare än du tror, ADI 296

Lösningsmedel är farliga, ADI 104

Dentala plaster orsakar allergier, ADI 491

Akrylatplasters komponenter är farliga, ADI 449

Akta händerna, ADI 549

## **Böcker**

Yrkesallergier, H39

## **Mer att läsa**

På Arbetsmiljöverkets webbplats [www.av.se](http://www.av.se) finns föreskrifter och mer information att läsa på temsidan Kemiska arbetsmiljörisker. Allergiforum på Prevents webbplats [www.prevent.se/kemiguident](http://www.prevent.se/kemiguident)

Beställ våra regler, böcker och fler exemplar av den här kostnadsfria broschyren från vår webbshop [www.av.se](http://www.av.se) eller från:

## **Arbetsmiljöverkets publikationsservice**

Box 1300, 171 25 Solna

Telefon: 08-730 97 00

Fax: 08-735 85 55

E-post: [publikationsservice@av.se](mailto:publikationsservice@av.se)



**ARBETSMILJÖ  
VERKET**