

**DLE**  
**eli**  
**diskoidi lupus**  
**erythematosus**

**Lupus**  
**SUOMI**

The logo for Lupus Suomi features the word "Lupus" in a large, dark blue, sans-serif font. Below it, the word "SUOMI" is written in a smaller, all-caps, dark blue, sans-serif font. To the right of the word "Lupus", there is a stylized butterfly icon in a dark blue color, with its wings spread.



# **Mikä on diskoidi lupus erythematosus?**

**DLE on harvinaista ihottumaa, jota yleensä pahentaa auringon valolle altistuminen.**

**Termi "lupus erythematosus" pitää sisällään erilaisia häiriöitä.**

**Diskoidi lupus rajoittuu ihoon, eikä siihen liity oireita muissa elimissä.**

**Vakavampi muoto on nimeltään "systeminen" lupus erythematosus, joka voi vaikuttaa sisäelimiin.**



## **Mikä aiheuttaa DLE:n?**

**DLE:n syytä ei ole täysin ymmärretty, mutta sen uskotaan olevan autoimmuunisairaus.**

**Meillä kaikilla on immuunijärjestelmä, joka tuottaa vasta-aineita, joiden avulla taistelemme infektioita vastaan. Normaalisti nämä vasta-aineet eivät vahingoita omia kudoksiamme.**

**Autoimmuunisairaudessa immuunijärjestelmä toimii virheellisesti ja käsittää oman kehomme vieraaksi.**



**DLE:n tapauksessa  
immuunijärjestelmä alkaa tuottaa  
vasta-aineita vahingoittaakseen  
ihosoluja, jotka se luulee vieraisiksi.**

**Tekijöitä, jotka voivat lisätä tai  
pahentaa riskiä sairastua DLE:hen,  
ovat stressi, infektio ja vamma.**

**Joidenkin lääkkeiden myös uskotaan  
toimivan laukaisijana.**

**DLE ei ole tarttuva, eikä se johdu  
ruoka-allergiasta.**



**DLE harvoin vaikuttaa lapsiin.**

**Vaikka se voi vaikuttaa miehiin ja naisiin yhtä lailla, on näyttöä siitä, että 20 – 40 -vuotiaat naiset ovat alttiimpia sairastumaan siihen.**



# **Diskoidin lupus erythematosuksen perinnöllisyys**

**Jotkut perheet voivat kantaa geenejä, jotka lisäävät DLE:n kehittymisen riskiä.**

**Ei kuitenkaan ole täysin selvää, miten kyseiset geenit tekevät tämän tai missä määrin ne vaikuttavat tautiin.**

**Uskotaan, että ympäristötekijöiden ja geenien yhdistelmä todennäköisesti edistää DLE:n kehittymistä.**



## **DLE:n oireet**

Oireina ovat iholle muodostuvat läiskät, jotka voivat kutista tai tuntua epämukavilta.

Kun läiskät parantuvat, ne saattavat arpeutua tai jäädä poikkeavan värisiksi.

Yleiseen terveydentilaan ihottuma ei vaikuta.



## **Miltä DLE näyttää?**

**DLE esiintyy yleensä hiuspohjassa ja kasvojen alueella, mutta joskus se voi levitä muihin kehon osiin, kuten käsiin, jalkoihin ja vartalolle.**

**Ihottuma sisältää punaisia hilseileviä läikkiä, jotka yleensä parantuvat, mikä saattaa johtaa ihon ohentumiseen, arpeutumiseen tai värin muutokseen.**

**Läiskä voi joskus olla melko paksu ja muistuttaa syylää.**

**Päänahassa ihottuma-alue saattaa jäädä hiuksettomaksi.**



# **DLE:n diagnosointi**

**Pyydä yleislääkärää kirjoittamaan lähete ihotautien erikoislääkärille, jos sinulla on iho-oireita ja epäilet niiden syyksi DLE:tä.**

**Diagnoosin varmistamiseksi ihotautilääkärisi määrää veri- ja virtsakokeita, sekä ihon koepalan oton (pieni koepala mikroskoopin alla analysointia varten).**



# **Paraneeko diskoidi lupus erythematosus?**

**Kuten monet autoimmuunisairaudet, DLE on elinikäinen sairaus, joka ei parane.**

**On kuitenkin olemassa hoitoja, jotka ovat yleensä tehokkaita ja auttavat pitämään oireet hallinnassa.**



## **Itsehoito:**

- 1) Jos tupakoit, suosittelemme, että lopetat. Tupakointi voi aiheuttaa tilan pahenemista, mikä voi myös johtaa huonoon hoitovasteeseen.**
  
- 2) Auringolta suojautuminen on tärkeää, joten sen pitää olla osa päivittäistä rutiinia:**
  - Suojaa ihoa vaatteilla, äläkä unohda hattua, joka suojaa kasvojasi, kaulaa ja korvia. Käytä UV-aurinkolaseja.**



## **Päivittäistä aurinkovoiteen käyttöä suositellaan:**

**Kun valitset aurinkovoidetta, valitse korkea SPF (SPF 50 tai enemmän) joka suojaa UVB- ja UVA-säteiltä. Levitä runsaasti aurinkovoidetta 15-30 minuuttia ennen kuin lähdet aurinkoon ja levitä uudelleen kahden tunnin välein ja suoraan uinnin tai pyyhkeellä kuivauksen jälkeen.**



- **Vaatetus on erittäin tehokas aurinkosuojaus. Kuitenkin, jos vaate on läpikuultava, auringon valo voi päästä iholle. Valkoinen tiivis, mutta väljä vaatetus on paras. On olemassa myös UV-suojavaatteita, varmista suojauksen tehokkuus.**
- **Tiukka auringon valon välttäminen vähentää D-vitamiinitasoa. Siksi on syytä käyttää D-vitamiinilisä, joita on saatavilla apteekeista ja supermarketeista.**



## **DLE:n hoito**

**On olemassa kaksi hoidon päätyyppiä:**

### **1) Paikallishoidot:**

- **Vahvat steroidivoiteet tai steroidi injektiot. Injektion antaa koulutettu lääkäri. Nämä voivat auttaa vähentämään tulehdusta, mutta niitä on käytettävä valvonnassa, sillä ne voivat ohentaa ihoa.**
- **Voiteet ja rasvat, jotka eivät sisällä steroideja esim. kalsineuriinin estäjät ja takrolimuusi-voide. Nämä auttavat immuunijärjestelmää vähentämään tulehdusta.**
- **Peiteväriä voidaan käyttää ihottumaläikissä ja arpikohdissa.**



## **2) hoidot, jotka toimivat koko kehossa (tabletit ja injektiot):**

- **Malarialääkkeet, kuten hydroksiklorokiini ja mepakriini. Nämä lääkkeet otettiin alun perin käyttöön malarian hoitoon, mutta niillä on myös voimakas vaikutus tulehdukseen ja siten ne auttavat DLE:n kontrolloinnissa. Ne ovat yleensä turvallisia vakioannoksina. Sinun tulee tarkastuttaa silmät ennen hoidon aloittamista ja 5 vuoden kuluttua, mikäli hoito jatkuu. Kerro lääkärille, jos huomaat näön ongelmia lääkityksen aikana.**



- **Steroidit tabletteina. Tableti voivat hyödyttää potilaita, joilla on vaikea, laaja tai arpeuttava ihottuma.**
- **Lääkkeet, jotka vaikuttavat immuunijärjestelmään.**

**Jos tavalliset hoidot eivät riitä, voidaan käyttää muita lääkkeitä, esimerkiksi metotreksaattia tai mykofenolaattimofetiilia. Näissä hoidoissa on olemassa riskejä, joten ne on varattu vakaviin tai ei-reagoiviin tapauksiin. Ne edellyttävät myös lisäseurantaa.**



## **D-vitamiinista**

**Seerumin D-vitamiinitasojen, auringonvaloaltistuksen ja D-vitamiinin saannin osuudesta sairauteen tai oireisiin ei ole vielä tarkempaa tietoa.**

**Henkilöiden, jotka välttävät kaikkea altistumista auringolle, tulisi harkita seerumin D-vitamiinitasojen mittausta.**



**Jos tasot ovat pienentyneet tai puutteelliset, on harkittava täydentävää D3- vitamiinia, 10-25 mikrogrammaa päivässä, jotta D-vitamiinitasot pysyisivät hyvinä.**

**Tämä onnistuu mm. käyttämällä D-vitamiinia sisältäviä elintarvikkeita, kuten rasvaisia kaloja, munia, lihaa, d-vitaminoituja margariineja ja viljatuotteita.**

**D3-lisäravinteita on myös hyvin saatavilla.**



# **Mistä saan lisätietoa DLE:stä?**

**Lupus Suomi ry:  
<https://lupussuomi.fi>**

**Terveyskylä:  
<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00647>**



**Lähde:  
BRITISH ASSOCIATION OF DERMATOLOGISTS  
PATIENT INFORMATION LEAFLET  
PRODUCED FEBRUARY 2008  
UPDATED JANUARY 2011, FEBRUARY 2014, JULY 2017  
REVIEW DATE JULY 2020**

**Lupus Suomi ry:**  
**<https://lupussuomi.fi>**

**yhteys@lupussuomi.fi**

**Lupus Suomi ry:n vertaistukipuhelin,  
maanantaisin ja tiistaisin  
kello 11 - 17 välillä.**

**Puhelinnumero: 045 108 8588**

**Lupus**  
**SUOMI**

