



## Informationsblad: Tretinoin

### Läs noga igenom informationsbladet innan du påbörjar behandling med läkemedlet

Tretinoin är ett receptbelagt läkemedel som tillhör retinoid-familjen, dvs vitamin A-derivat. Läkemedlet FDA godkänt för är bland annat utvärtes behandling mot akne och solskador (fina ansiktsrynkor, hudtextur samt sol-orsakad hyperpigmentering).

- Verkar genom att stimulera hudens cellförnyelse genom att öka produktionen av nya hudceller vilket resulterar i en jämnare hudstruktur.
- Främjar produktion av kollagen vilket leder till fastare hud och elasticitet och minskar uppkomsten av rynkor och fina linjer.
- Hämmar produktionen av melanin vilket leder till jämnare hudton och mindre solskador, mörka fläckar och hyperpigmentering.
- Läkemedlet ersätter andra former av retinoider i din hudvårdsrutin (retinol, retinal, isotretinoin, adapalen, mfl.) om inte annat informerats av utskrivande läkare.
- Läkemedlet finns i olika styrkor. Från starkast till svagast är koncentrationerna: 0,1%, 0,05%, 0,025%, 0,01%. Börja med den mildaste procentsatsen för att vänja huden.

**Tretinoin och övriga retinoider får EJ användas under graviditet, amning eller om du försöker bli gravid då det kan leda till allvarliga fosterskador! Undvik även användning under perioder av hög UV-strålning (t.ex. solsemester) pga den ljuskänslighet som behandlingen medför.**

### Biverkningar

Läkemedlet kan vara irriterande för huden, speciellt under de första månaderna. Vanliga biverkningar inkluderar:

- Värmande eller lätt stickande känsla
- Hypo- eller hyperpigmentering
- Rodnad och fjällning
- Ökning av akneutslag
- Svullnad, blåsor eller krustor
- Torrhet, smärta, bränning, flagande hud, rodnad eller fjällande hud på behandlingsområdet

Om du upplever något av dessa symtom, kontakta din läkare:

- Klåda
- Nässelutslag
- Smärta på behandlingsområdet

### Hur du använder Tretinoin

När man börjar använda Tretinoin är det att rekommendera att man håller sig till en enkel hudvårdsrutin baserat på endast cleanser, dag/nattkräm, solskyddsfaktor och tretinoin för att minska risken för eventuell irritation. Börja med att använda läkemedlet var tredje kväll och efter några veckor kan frekvensen öka om irritationen varit hanterbar (som mest till varje kväll). Tretinoin används endast under kvällstid då det bryts ner av solljus. Läkemedlet gör även huden ljuskänslig så det är viktigt att man skyddar behandlingsområdet mot UV strålning under dagtid, till exempel med solskyddskrämer.

Rekommenderad behandlingsrutin:

Morgon:

1. Tvätta ansiktet med vatten eller mild cleanser
2. Dagkräm, ren fuktkräm
3. Solskyddskrämer (Brett spektrum UVA+UVB, SPF 30+), applicera gärna flera gånger per dag

Kväll:

1. Tvätta ansikte med mild cleanser
2. Torka försiktigt av huden med en ren handduk eller låt den lufttorka
3. Tretinoin (en liten mängd, som en ärta för hela ansiktet, undvik ögonområdet)
4. Nattnattkräm, ren fuktkräm

## Övrig information

- Injektion-, Laser-, Sylfirm-X-, Dermapen-behandlingar:  
Inför injektionsbehandlingar (t.ex. Botulinum toxin och filler) rekommenderar vi att ta uppehåll med läkemedlet i minst 3 dagar innan och efter.

Inför Laserbehandlingar krävs det att man tar uppehåll med läkemedlet i ca 7 dagar innan behandling. Man kan sedan återuppta Tretinoinbehandlingen så fort huden läkt från laserbehandlingen (normalt 3-7 dagar).

Inför Sylfirm-X och Dermapenbehandlingar rekommenderar vi att ta uppehåll med Tretinoin i minst 3 dagar innan och efter.

- Vad kan man göra för att minska irritationen?  
För vissa individer medför behandlingen en påtaglig irritation på huden. Skulle det vara så just för Dig finns det vissa tips man kan prova:
  1. Sandwich-metoden: Applicera ett lager hudkräm på ansiktet både före och efter appliceringen av läkemedlet. Detta gör att det tar lite längre tid för substansen att absorberas i huden och därav minskar ofta irritationen.
  2. Användningsfrekvens: Vi rekommenderar att använda krämen var tredje kväll och endast öka användningsfrekvensen succesivt när om irritationen är "hanterbar". Målet är att använda läkemedlet en applicering per dag.
  3. Återfuktning: Tretinoin är ofta uttorkande för huden och många av bieffekterna relaterar till detta. Stramande, flagande och fjällande hud är ofta tecken på dehydrerad hud - Se över din hudvårdsrutin och fokusera på fler/andra återfuktande steg (toners, dag/nattkräm, oljor/vaselin).
  4. Lyssna på din hud: Om du upplever irritation utöver det vanliga, kan det vara bra att ta någon dags uppehåll. Låt huden återhämta sig innan du fortsätter behandlingen. Områden där irritation oftare framkommer är: mungiporna, näsvingarna och halsen - undvik dessa områden vid återkommande irritation.

**Tretinoin och övriga retinoider får EJ användas under graviditet, amning och vid försök till graviditet då det kan leda till allvarliga fosterskador! Undvik även användning under perioder av hög UV-strålning (t.ex. solsemester) pga. den ljuskänslighet som medför behandlingen.**

*Lycka till!*