

Sara fick fula pigmentfläckar i ansiktet

”Jag vågade knappt visa mig ute”

Sara Nordqvist var bara 20 år när hon fick åldersfläckar i ansiktet. Men med lite tålamod och en blekande kräm är hon nu nästan helt fläckfri.

AV ANNIKA BOLTEGÅRD | FOTO STEFAN LINDBLOM

Normalt brukar pigmentfläckar dyka upp senare i livet, vid 50–60 års ålder. De kallas åldersfläckar och syns vanligtvis i ansiktet och på händerna. Sara fick sina redan som 20-åring. Orsaken var en ”överdos” av sol under ett halvår i Thailand. Där arbetade hon som dykinstruktör och vistades ständigt utomhus i den brännande solen.

– Jag tål sol bra annars, bränner mig sällan och även i Thailand fick jag en solbränna, berättar hon.



DA Ett band av mörkbruna fläckar i Saras ansikte som inte försvann.

MEN NÄR HON kom hem till Sverige igen och solbrännan bleknade fick hon

Hon hoppades att fläckarna skulle försvinna av sig själva men de blev kvar – lika mörka och fula. En kompis tipsade om blekande specialkrämer. Sara testade en (Superglandin) och den gav resultat.

– Jag är en ganska otålig person men gav krämen en chans att verka. Och efter 3–4 månader hade fläckarna nästan försvunnit helt. Det var underbart, säger hon.

I DAG HAR HON använt krämen i över fem år och ”vågar” inte sluta trots att den är ganska dyr, cirka 329 kronor för en tub.

– Jag vill inte ha fläckarna till

en chock. Över pannan och kinderna gick ett band av mörkbruna fläckar.

– Det såg hemskt ut. Jag led psykiskt av detta och ville knappt gå utanför dörren, berättar Sara.

baka, det är så skönt att ha en normal hud igen. Och krämen räcker länge, tre månader, och jag behöver ingen annan ansiktskräm eller solkräm eftersom den har 15 i solskyddsfaktor, säger hon.

Flera behandlingsmetoder

■ **Det finns flera olika** behandlingar mot pigmentförändringar i huden. Kemisk peeling och laserbehandling har snabbast effekt men är också dyrast och kostar mellan 1 000 och 3 000 kronor per behandling.



1. Repair Booster Serum, av det svenska märket Secuvie, 269 kronor. 2. Superglandin Antipigment creme, 320 kronor. 3. La Cure Dead Sea Whitening Cream, 149 kronor 4. Livita Depigment kräm, 229 kronor.



NU Sara överlever att slippa pigmentfläckar. På bilden med dottern, 1, och sonen, 2.

Sara Nordqvist
Ålder. 34 år.
Bor: i Svedala.
Gör: Idrottslärare.
Familj: Sambon Robert, barnen

5 frågor till hudspecialisten

■ Land ställde fem frågor till Lennart Emtestam, professor och hudspecialist vid Karolinska Institutet:



Lennart Emtestam.

1. Är pigmentfläckar något man får räkna med när man blir äldre?

– Ja, det händer mycket i huden i samband med åldrandet. Till exempel uppstår en ojämn fördelning av hudens pigment vilket kan synas som ljusa och mörka fläckar. De pigmentbildande cellerna (melanocyterna) i huden arbetar ojämnt.

2. Alla får dem ju inte, vilka riskfaktorer finns? För

mycket solande?

– Ja, solen är en viktig orsak, hur stor mängd solljus huden utsätts för under livet. Arvsanlag spelar också in liksom hormoner. Dessutom har rökare ett mer ogynnsamt läge än icke-rökare.

3. Ska man undvika sol för att slippa få fler fläckar?

– Ja, det är bra att skydda sig mot solens UV-strålning med hjälp av solskyddsfaktor, kläder eller att hålla sig i skuggan.

4. Kan pigmentfläckar vara farliga – eller förväxlas med hudcancerfläckar?

– Pigmentfläckar är ofarliga om de inte förändras, men är man osäker och har ojämnt pigmenterade fläckar kan man låta en läkare undersöka för att utesluta att det rör sig om hudcancer.

5. Finns det några bra sätt att bli av med fläckarna? Kan blekande kräm hjälpa?

– Det finns flera olika sätt att bli av med fläckarna, exempelvis med kemisk peeling och typer av laserbehandling. Vissa krämer har delvis samma effekt som kemisk peeling. De jämnar ut ojämnheter i pigmenteringen, både vid ytan och för lite pigment. Ofta innehåller de syror, till exempel AHA (alfahydroxysyror) och/eller TCA (trikloroättiksyra).