



LAV DIN  
EGEN MAKEOVER  
PÅ [HUDALLERGI.DK](http://HUDALLERGI.DK) OG  
VIND POWERSHOPPING  
MED EN  
STYLIST FOR  
10.000 KR

# 5 TING DU IKKE VIDSTE, OG HVAD DU KAN GØRE

**HUDALLERGI**  
PARFUME · HÅRFARVE · HENNATATOVERINGER

# HUDALLERGI KAN DU IKKE FORTRYDE

Hudallergi kan opstå, når din hud bliver udsat for kemiske stoffer, der kan fremkalde allergi. Du kan få udslæt og i værste tilfælde svære hævelser og sår. Hvis du først får hudallergi over for f.eks. et bestemt parfumestof, så har du det resten af dit liv.

Ifølge den viden man har i dag, har 2-4 % af befolkningen allergi over for parfume.

*Kilde: Videncenter for Allergi*

## Hvad kan du gøre?

Det er dig selv, som bestemmer, hvad du kommer på huden. Derfor kan du selv være med til at sænke risikoen for, at du får hudallergi.

Du kan tænke dig om, når du køber produkter, du kommer på huden, som f.eks. deodorant, creme og parfume. Det samme gælder for hårfarver og sorte hennatatoveringer.

Jo mindre du bruger, jo mindre er risikoen for, at du får allergi.

Hvis du får udslæt af et produkt, skal du straks stoppe med at bruge det. Hvis udslættet varer mere end nogle dage, bør du gå til lægen.

# EN DUFT KAN ÆNDRE DIT UDSEENDE

Parfumestoffer kan give allergi, men det er meget forskelligt, hvad vi bliver allergiske over for. Risikoen for at få hudallergi er større, hvis du hele tiden udsætter din hud for parfumestoffer fra f.eks. både deodoranter, cremer og parfumer. Du kan få udslæt og i værste tilfælde parfumeallergi med sår og blærer. Derfor er det en god idé at begrænse dit forbrug af parfumerede produkter.

**Jo mindre du bruger, jo mindre er risikoen for, at du får allergi.**

## Hvad kan du gøre?

Brug parfumerede produkter med omtanke. Det sikreste er at bruge uparfumerede produkter. Vælg f.eks. uparfumerede Svanemærkede produkter.

Hvis du gerne vil dufte, så vælg at bruge så få parfumerede produkter som muligt. F.eks. kan du bruge uparfumeret creme og deodorant, og så vælge at din shampoo skal dufte.

Hvis du bruger parfume, er det en god ide at bruge den på tøjet, så du undgår parfume direkte på huden. Tjek først om den pletter.



# NATUREN KAN OGSÅ GIVE ALLERGI

Mange tror, at alt hvad der kommer fra naturen er sikkert. Men det er ikke rigtigt. For selvom duften kommer fra en naturlig/økologisk olie, så kan den ligeså nemt fremkalde allergi. Det er fordi, et parfumestof virker på samme måde på din hud, uanset om det kommer fra naturen, eller om det er kemisk fremstillet.

”Naturlig”/økologisk kosmetik giver dig altså ikke en bedre beskyttelse mod allergi.



## Hvad kan du gøre?

Du skal være opmærksom på alle parfumestoffer, også naturens.

# HÅRFARVE KAN RAMME DIN

## HUD

Mange prøver at få et nyt look ved at farve hår. Men hårfarver indeholder farvestoffer, som kan give allergi. Du kan ikke vide på forhånd, om du vil reagere allergisk, og allergien kan komme selvom du har farvet hår mange gange uden problemer. Hver gang du farver dit hår – hjemme eller hos frisøren – løber du en risiko for at få allergi, der varer resten af livet. Allergien kan i sjældne tilfælde være voldsom og kræve behandling på hospitalet.

9% af 15-18 årige piger har oplevet allergilignende symptomer efter hårfarvning.

Kilde: Videncenter for Allergi

## Hvad kan du gøre?

Hårfarve er ikke beregnet til unge under 16 år. Det sikreste er at lade være med at farve hår, selv når du er over 16 år.

Hvis du alligevel beslutter dig for at farve dit hår, kan du vælge at få lavet striber, det er nemlig, når farven kommer i kontakt med hud og hovedbund, at det kan give allergi.

Hvis du har eksem i hovedbund eller ansigt, eller tidligere har fået kløe, hævelser eller udslæt efter hårfarvning, bør du ikke farve dit hår. Det samme gælder, hvis du engang har haft udslæt efter en sort hennatatovering.



Hårfarve er ikke beregnet til unge under 16 år.

Kilde: EUs kosmetiklovgivning

# ALLERGI

## UDEN AT VIDE DET

Det er fristende at få lavet en midlertidig sort hennatovering for sjov, men det kan give dig en allergi over for hårfarver. Det er fordi, henna nogle gange tilsættes et allergifremkaldende sort farvestof, som ofte også bruges i hårfarver. Det betyder, at hvis du får allergi over for farvestoffet fra en hennatovering, har du også allergi over for det i hårfarver.

Måske får du udslæt af din hennatovering, mens du har den, men du kan også få allergi, uden at du kan se det. Hvis du har fået allergien og senere farver dit hår, kan du risikere en så voldsom allergisk reaktion, at det kræver behandling på hospitalet.

## Hvad kan du gøre?

Undgå at få lavet en sort hennatovering.

Hvis du har fået et udslæt efter en hennatovering, så undgå at farve håret og tal med en hudlæge.

Du skal samtidig vide, at selvom du ikke har fået udslæt, kan du godt have fået allergi alligevel. Derfor er det en god idé at være forsigtig, hvis du farver dit hår.



Du kan læse mere på [hudallergi.dk](http://hudallergi.dk). Her kan du også vinde powershopping med en stylist for 10.000 kr.\*



Miljøministeriet  
Miljøstyrelsen

Strandgade 29 · 1401 København K · Tlf: 72 54 40 00 · [mst.dk](http://mst.dk)



\*Konkurrencen kører fra 3. maj til 31. maj 2011. Ansættelse i Miljøstyrelsen og deres familier kan ikke deltage.