

Ihotautien poliklinikka

Perusvoiteen käyttö

Kuivan tai tulehtuneen ihon hoidossa käytetään muun hoidon lisäksi perusvoidetta. Perusvoide estää ihon kuivumista ja suojaa ulkoisilta ärsykkeiltä.

Voiteen levittäminen

Levitä voide iholle ilman voimakasta hankaamista. Käytä perusvoidetta päivittäin ja aina pesun jälkeen. Jos voide aiheuttaa kirvelyä, levitä se ihon ollessa vielä kostea. Voit levittää voidetta koko iholle. Jos käytössäsi on lääkevoiteita, kuten esim. kortisonivoide, levitä se iholle hieman eri aikaan kuin perusvoide. Näin ne eivät haittaa toistensa imeytymistä.

Laita kuivalle, paksuuntuneelle iholle sekä hilseileviin laikkuihin rasvaista voidetta. Hyvin rasvaisen voiteen voit levittää illalla ja pukea päälle puuvillapyjaman sekä tarvittaessa puuvillasukat ja/tai -käsineet.

Kuinka paljon

Käytä koko kehon voiteluun kerralla 20–30 g voidetta. Perusvoidetta pitäisi kulua viikossa 300–400 g, jos levität voidetta ohuelti kahdesti päivässä koko iholle. Ihon ollessa erittäin kuiva tarvitset enemmän voidetta kerralla.

Jos ihosi on kuiva, voit käyttää perusvoidetta jatkuvasti. Perusvoiteen valinta on pitkälti mieltymiskysymys. Perussääntönä kuitenkin on, että vetistävälle iholle käytetään vähärasvaisia perusvoiteita ja kuivalle, karstaiselle iholle rasvaisia voiteita. Tarvittaessa voit välillä vaihtaa perusvoidemerkkiä.

Ihotautien poliklinikka

Perusvoiteet

Vähärasvaiset

Apobase Lotion
Aqualan L emulsiovoide
Aqualan Duo emulsiovoide
Aqualan Plus emulsiovoide
Dermalog lotion
Essex lotion
Humektan emulsiovoide
Hydrolan emulsiovoide
Xyliderm geeli

Keskirasvaiset

Apobase Carbamide 5 % emulsiovoide
Apobase Creme emulsiovoide
Aqualan emulsiovoide
Canoderm emulsiovoide
Carbalan emulsiovoide
Carbalan Plus emulsiovoide
Ceralan emulsiovoide
Ceralan Plus emulsiovoide
Decubal Clinic Creme emulsiovoide
Dermalog emulsiovoide
Essex emulsiovoide
Lipolan emulsiovoide
Miniderm emulsiovoide
Miniderm Duo emulsiovoide
Novalan emulsiovoide

Rasvaiset

Apobase Oily Creme emulsiovoide
Aqualan Oil ihoöljy
Ceraderm ihoöljy
Ceraderm voide
Decubal Repair emulsiovoide
Locobase Protect emulsiovoide
Dermalog rasvainen emulsiovoide
Dermalog Skin-cure voide
Hydran emulsiovoide
Mlnicare voide

Nämä perusvoiteet ovat peruskorvattavia, mikäli reseptissä on merkintä pitkäaikaisesta ihosairaudesta. Korvattavuus riippuu pakkauskoosta (vaihtelee eri valmisteiden välillä). Luettelossa mainitut perusvoiteet ovat hajusteettomia.