

Dr. med. Michael G. Koch
Regementsläkare, Epidemiolog

PL 9741/K3
S - 546 94 KARMBORG/SWEDEN
Phone office: (+46) 0505-854 65 (-850 00)
Phone home: (+46) 0505-210 87
Fax: (+46) 0505-210 97
Mobil: (+46) 010-299 74 60
2. mai 1993

Rapport om effekten av A-Creme på hudproblem under en militär vinterövning i Norrland (Kiruna) januari-april 1993

Varje år sänder kavalleriregimentet K3 i Karlsborg, Skaraborgs Län, en enhet av frivilligt rekryterade fallskärmsjägare på vinterövningar till Kiruna. Där genomgår ca -80-90 elitsoldater och ett dussin befäl en tremånaders period av hård vinterträning, i vilka utöver fältövningar och överlevnadsträning även ingår fallskärms hopp, skidskytte, orientering, skidtävlingar över 15 och 30 km samt veckolånga tältvistelser utan värmekälla.

Hudproblem

Under dessa klimatiska och fysiologiska extremlastningar uppkommer regelbundet vissa hudproblem, som sjukvårdarna och läkarna väl känner igen: nariga händer med spruckna nagelband, torra, spruckna läppar med smärtsamma sprickor och sår i mungiporna, torrt eksem kring näsvingarna och små sår i näsborrharna, torr, sträv och ibland fjällande hud på öronen och kindknotorna.

I regel uppvisar de flesta (ca 90%), under stränga vintrar t o m alla soldater någon eller flera av de nämnda hudbesvären. Efter en lång vinterövning är det inte ovanligt, att man på ca 100 soldater kan finna **300-400 enstaka hudförändringar av den beskrivna sorten. På senare år** (sedan 1986) har man dessutom hos så gott som alla deltagare observerat märkliga akneförändringar i ansiktet, vars uppkomstmekanism, ännu inte kunnat avslöjas. Det brukar ta veckor innan hudbesvären efter övningen klingat av i den normala miljön.

Allt detta är accepterat sedan många år. Besvären kan hänföras till den starka uttorkning som vinden och den kalla och ofta extremt torra vinterluften (5-10% relativ luftfuktighet) brukar åstadkomma. Genom en ständig kärilskontraktion är hudens genomblödning markant nedsatt vilket påverkar även talg- och svettkörtlarnas funktion. Överhuvudtaget råder under dessa vinterövningars extrema villkor (täta kläder, ensidig vinterkost och mycket burkmat) brist på normal vitamintillförsel, sol, uppvärmning, fuktexposition och luftning, så att hudens ämnesomsättning torde pressas till gränsen av dess anpassnings- och kompensationsförmåga.

Övningsprogrammet

Den aktuella övningen inföll under de hårdaste vintermånaderna (12.1 - 2.4 1993), där temperaturen inte sällan sjunker under -30°C. Deltagarna var 83 soldater och 13 befäl, alltså 96 personer i åldrarna 20-45 år. Alla var mycket vältränade. Man gjorde långa fjällvandringar med tung packning, fallskärms hopp, skidorientering, skidskytte och långdistanstävlingar samt en speciell överlevnadsträning med 10 till 21 dagars tältvistelser. Alla deltagare har vanligtvis tillgång till den traditionella "Arméns Hudsalva" (AH), en fet hudskyddssalva, som sedan många år har visat sig lindra symptomen på huduttorkning och köldexposition.

Försök med ett nytt hudvårdsprodukt (A-Creme)

Slumpmässigt delades soldaterna upp i två grupper, varav den ena fick arméns vanliga hudsalva (AH), som kunde användas efter behov, den andra gruppen utrustades med A-CREME (AC) - ca 60 g per person. Var och en kunde välja applikationsmängden själv, eftersom inga menliga biverkningar är kända (inget av preparaten innehåller t ex steroider eller antibiotika).

Resultat

Alla soldater blev tillfrågade och undersökta (inspekterade) ett flertal gånger under övningens gång. I AH-gruppen var besvärsvikten och spektret av hudförändringarna det vanliga. Trots att vintern var endast måttligt kall, uppvisade alla soldater trots regelbunden användning av Arméns Hudsalva någon form av hudförändring, från lätta nagelbandsprickor till kraftiga köldexsorn och sår i mungiporna (sammanlagt 242 enstaka diagnoser vid 3 undersökningstillfällen med 3-4 veckors intervall, 94 vid slutinspektionen).

I kontrast till denna 'normala' bild fann man i AC-gruppen endast 3 fall av hudförändringar (på händerna), vid slutinspektionen inga (0!). Inte ens de vanligtvis spruckna läppar eller nariga kinder kunde iaktas, utan de undersökta hud beskrevs som "fin och len som en barnrumpa". Ingen uppvisade de aknoida förändringar som var ett normalt inslag under de gångna 5 åren. Överkänslighetsreaktioner eller menliga bieffekter iaktogs ej. Alla soldater i AC-gruppen förklarade sig fullt nöjda, men önskade sig tillgång till en större mängd AC (kanske det dubbla, d v s 100-120 g under en 12-veckors övningsperiod).

Sammanfattningsvis kan man konstatera, att A-CREME även i jämförelse med ett beprövat preparat som Arméns Hudsalva uppvisar en ojämförbart överlägsen effekt på alla hudförändringar, som kan tillskrivas uttorkning eller andra köldeffekter under en militär vinterövning. Detta resultat är högsignifikant och det fanns mellan båda behandlingsgrupperna ingen överlappning. Undersökningen tillät en objektiv jämförelse, men inget dubbelblindprov, eftersom preparaten redan skildes i konsistensen (salva och kräm). Soldaterna fick inga positiva eller negativa meddelanden om någon av produkterna för att undvika prejudicerande förväntningar.

Därmed torde A-CREME vara "*the drug of choice*" för varje form av köldexposition och uttorkningsrisk för ansiktet och händerna. Det ligger nära till hands att pröva den också på polarexpeditioner och inom sjöfarten, där väderexpositionen är ett **känt problem**. Vi kommer att föreslå Försvarets Sjukvårdsstyrelse att införa A-CREME omgående i standardrepertoaren av den militära utrustningen.



Dr. med Michael G. Koch
tjf Regläk, HSA, K3

Lt Björn Janderberg
SjukvInstr, OS, K3