

# Nikkel

Lappeprøven viser, at du er allergisk over for nikkel. Nikkel er et metal som anvendes i mange sammenhænge, f.eks. i smykker, bæltespænder, nøgler, værktøj og i visse industrier. Nikkelallergien opstår ofte i ungdommen pga. udsættelse for nikkelfrigivende smykker.

Nikkelallergi viser sig ved eksem i de hudområder, som er i kontakt med nikkel. Eksemet kan også spredes til hudområder, der ikke er i kontakt med nikkel. Allergien er varig, men den kan svækkes med tiden, hvis du undgår hudkontakt med nikkel.

## Råd

Din nikkelallergi betyder, at du skal undgå langvarig kontakt med metalgenstande, der frigiver nikkel. Du kan let undersøge, om du er i kontakt med sådanne metalgenstande ved hjælp af nikkeltesten som beskrives nedenfor. Det drejer sig typisk om:

- øreringe
- halskæder
- armbånd
- bæltespænder
- lynlåse
- briller
- bukseknapper, nitter og tryklåse
- ure og urremme
- hårsmykker og -spænder
- mobiltelefoner
- knappenåle-, sy- og hæklenåle
- værktøj

Listen er ikke udtømmende.

## Lovgivning

I 1991 blev der indført en lov i Danmark, som sætter en grænse for hvor meget nikkel, der må frigives fra metalgenstande, der er beregnet til langvarig kontakt med huden, som f.eks. uægte smykker, knapper, lynlåse med mere. Denne lov gælder nu for hele EU.

Du skal være opmærksom på, at ældre smykker, briller og lignende, eller genstande købt i udlandet, kan frigive mere nikkel, end den mængde lovgivningen tillader. Du skal også være opmærksom på, at lovgivningen ikke altid respekteres.

Genstande, der bruges på arbejdspladsen, og som er beregnet til at være i kontakt med huden i længere tid som fx håndholdt værktøj skal også overholde nikkellovgivningen.

Selv om rustfrit stål indeholder betydelige mængder nikkel, tåler de fleste med nikkelallergi hudkontakt med rustfrit stål i f.eks. urremme. Det skyldes, at nikkel er så fast bundet i det rustfrie stål, at der normalt kun frigives minimale mængder fra stålet.

## Om mobiltelefoner og bærbare computere

Visse mobiltelefoner og computere har metaldele.

Mobiltelefoner er fra januar 2009 omfattet af EU's nikkel direktiv, dvs. der må ikke frigives nikkel fra metaldelene på telefonen.

Hvis denne lovgivning ikke overholdes, kan man få eksem af mobiltelefonen typisk på kinden eller øret, men formentlig også på hænderne.

## Om spænder

Spænder, der sidder i tøj og har kontakt med huden f.eks. i undertøj er omfattet af nikkellovgivningen. Det samme gælder bæltespænder, hårspænder, hårpynt og hårbøjler, såfremt de er i kontakt med huden.

## På arbejdspladsen

De arbejdspladser, hvor der er størst risiko for kontakt med nikkel, er:

- I elektronikindustrien
- Ved montagearbejde af forniklede genstande
- Ved arbejde ved kasseapparater i forretninger og pengeinstitutter (mønter)
- Ved intensiv kontakt med nøgler
- Ved intensiv kontakt med knappe-, sy- og hæklenåle
- Ved hyppig eller langvarig brug af værktøj eller redskaber med forniklede håndtag eller andre metaldele, som kommer i tæt kontakt med huden f.eks. sakse

Kortvarig berøring af nikkelgenstande (få minutter) spiller i reglen ingen rolle. Problemet opstår ved vedvarende eller hyppig hudkontakt.

## Hvordan finder jeg ud af, om en genstand frigiver nikkel?

Du kan undersøge, om en metalgenstand frigiver nikkel ved hjælp af et nikkeltestsæt (glyoximtest), som kan købes på apoteket. Du kan selv udføre testen eller få hudlægen til at hjælpe dig.

## Hvordan vil det gå?

De fleste med nikkelallergi har ingen eller få problemer med deres allergi, hvis de undgår yderligere langvarig hudkontakt med nikkel.

## Kan maden spille en rolle?

Det er meget få nikkelallergikere, hvor maden spiller en rolle for eksemet. Hvis eksemet ikke svinder og du samtidig har en svær nikkelallergi, når du undgår hudkontakt med nikkel, kan maden undertiden spille en rolle. Denne mulighed kan du så diskutere med din hudlæge. Nikkelfri diæt er i sig selv ikke sund og skal altid aftales med hudlægen. Virkningen af en diæt på eksemet skal også vurderes i samråd med din hudlæge, og diæten skal ophøre efter 1-2 måneder, hvis der ingen virkning er.

Læs mere om allergi på [www.videncenterforallergi.dk](http://www.videncenterforallergi.dk)

*Videncenter for Allergi, Herlev-Gentofte Hospital  
og Den Danske Kontaktdermatitis Gruppe*

*Marts 2019*