# Behandling af alopecia areata – hvad er realistisk?

Alopecia areata er en autoimmun sygdom, hvor immunforsvaret angriber hårrødderne og giver pletvist hårtab. Forløbet er uforudsigeligt. Nogle får spontant håret tilbage – især ved milde tilfælde – men mange oplever tilbagefald.

## Behandlingsmuligheder

* Stærke hormoncremer eller injektioner i hårbunden virker hos ca. 30 %, men håret falder ofte af igen, når man stopper behandlingen.
* Systemiske steroider (tabletter i korte kure) kan give hurtig fremgang, men virkningen varer sjældent ved, og der er risiko for bivirkninger.
* Topikal immunterapi (DPCP) kan give delvis genvækst hos 30–40 %, men kun ganske få opnår fuld hårdækning. Behandlingen kræver måneders forløb og kan give hudirritation.
* JAK-hæmmere som baricitinib og tofacitinib har i nye studier givet 30–40 % af patienter med svær sygdom (totalis/universalis) op til 80 % hårdækning efter 6–9 måneder. Det koster omkring 100.000kr årligt og der kan ikke tilskud til medicinen mhp alopeci.
* Minoxidil (Regaine) kan forsøges som supplement, men har sjældent stor effekt alene ved alopecia areata.

## Konklusion

Ved mild sygdom kan knapt halvdelen få håret tilbage med behandling. Ved udbredt eller langvarig sygdom er chancen for vedvarende, kosmetisk tilfredsstillende genvækst under 30 %. Åben og realistisk forventningsafstemning er vigtig.

## Kilder

1. Trüeb RM et al. *Dermatol Ther (Heidelb)*. 2025;15(2):325–345.
2. King B et al. *N Engl J Med*. 2022;386:1687–1699.
3. Kennedy Crispin M et al. *J Am Acad Dermatol*. 2016;74(5):1003–1006.
4. Cranwell WC et al. *Australas J Dermatol*. 2020;61(3):276–283.