

Nyhet

2026-05-26

Sol och läkemedel kan vara en riskkombination – det här behöver du veta

Sommarsolen kan vara skadligare än man tror för den som använder vissa läkemedel. Flera vanliga läkemedel kan göra huden mer solkänslig och orsaka hudreaktioner eller påverka läkemedlets effekt vid solexponering – ändå är det få svenskar som känner till riskerna, enligt en ny undersökning av Verian som Apotek Hjärtat har beställt.

Alla bör skydda sig mot solens UV-strålar, men för den som använder vissa läkemedel kan det vara särskilt viktigt. I den nya undersökningen framkommer det att över hälften av svenskarna (52 procent) inte vet att vissa läkemedel kan göra huden mer solkänslig.

Smärtstillande och antiinflammatoriska geler, vissa antibiotika och aknemediciner är exempel på läkemedel som kan leda till att man bränner sig lättare, orsaka hudirritationer eller allergiska reaktioner som blåsor eller eksem när kroppen exponeras för sol.

– Vi ser att oroväckande få känner till att vissa vanliga läkemedel kan öka hudens solkänslighet. Använder du dessa läkemedel bör du vara extra noga med att använda solskydd, bära skyddande kläder och försöka hålla dig i skuggan under dagens starkaste soltimmar, säger Annika Svedberg, chefsapotekare på Apotek Hjärtat.

Ännu fler svenskar (61 procent) saknar kunskap om att även effekten av vissa läkemedel kan påverkas av solen. Rozex och Rosazol, som används mot hudsjukdomen rosacea, är exempel på läkemedel som kan brytas ned i solljus och därmed få försämrade behandlingseffekt.

– Är du osäker på om din medicins effekt påverkas av solen eller gör huden mer solkänslig kan du läsa bipacksedeln. Solvarningen ska finnas omnämnd där, men är inte alltid så lätt att hitta. Så rådfråga på apoteken om du är osäker så hjälper vi dig, säger Annika Svedberg.

5 tips från chefsapotekaren – så skyddar du huden

- **Var uppmärksam på din hud.** Det kan vara svårt att märka om huden reagerar på solen när du använder vissa läkemedel. Var därför extra vaksam om huden bränns snabbare än vanligt, blir röd eller svullen, eller om du får utslag, blåsor eller eksem. Ett enkelt sätt att kolla är att trycka lätt med ett finger mot huden – om huden snabbt blir ljusrosa kan det vara ett tecken på ökad känslighet.
- **Välj skugga och rätt solskydd.** Huvudregeln är att undvika solen när det går, men solskydd ger ett extra skydd. Använd alltid en solkräm med hög SPF, helst 50+, som skyddar mot både UVA- och UVB-strålning. Applicera rikligt och ofta. Var även uppmärksam på att solkrämer har ett utgångsdatum, så kontrollera det och spara inte en öppnad solkräm längre än ett år.
- **Skydda dig oavsett tid på dagen.** Det är främst känsligheten mot solens UVA-strålar som ökar vid användning av läkemedel som kan göra huden mer solkänslig. Till skillnad från UVB-strålar är UVA-strålningen relativt stark även under för- och eftermiddagen. Det innebär att de vanliga råden om att undvika solen mellan klockan 11 och 15 inte alltid räcker för att skydda huden.
- **Använd solskyddsfaktor oavsett väder.** Moln blockerar endast en viss del av UV-strålningen. Beroende på molnens tjocklek kan upp till 80–90 procent av de skadliga strålarna nå huden.
- **Använd huvudbonad och löst sittande plagg.** Solkräm är ett extra skydd, men att använda solhatt och löst sittande plagg är ett av de mest effektiva sätten att skydda sig mot solens skadliga UV-strålning. Det ger ett fysiskt skydd som inte kan svettas bort eller försvagas som solkräm gör.

Undersökningens resultat i korthet:

- 61 procent av svenskarna har mycket eller ganska liten kunskap om hur effekten av vissa läkemedel kan påverkas när kroppen utsätts för sol.
- 52 procent har mycket eller ganska liten kunskap om hur vissa läkemedel gör huden mer solkänslig.

Om undersökningen:

Undersökningen har genomförts av Verian på uppdrag av Apotek Hjärtat. Den bygger på 4 213 intervjuer bland den svenska allmänheten 18–84 år. Datainsamlingen genomfördes i den slumpmässigt rekryterade Sifopanelen under perioden 5 - 20 januari 2026.

För mer information

ICA Gruppens presstjänst, telefon: +46 (0)10 422 52 52, e-post: press@ica.se

apotekhjartat.se, icagruppen.se

Med över 400 apotek runt om i landet, en stadigt växande e-handel och en omsättning på cirka 22 miljarder kronor är Apotek Hjärtat Sveriges ledande apotekskedja. Apotek Hjärtat vill ge varje kund bättre hälsa och större välbefinnande genom ett personligt bemötande, ett brett sortiment och relevanta hälsotjänster. Apotek Hjärtat är en del av ICA Gruppen. För mer information, se icagruppen.se och apotekhjartat.se.