

Acne

Huidziekte bij jong en oud

Acne vulgaris, kortweg acne genoemd, is de medische term voor jeugdpuistjes. Het komt bij 85% van de 12- tot 24-jarigen voor. Het is daarmee de bekendste huidziekte bij pubers. Vaak worden allerlei huis- tuin- en keukenmiddeltjes gebruikt en goedbedoelde adviezen gegeven. Begeleiding door een schoonheidsspecialist, huidtherapeut of in hardnekkige gevallen van een dermatoloog kan echter veel onnodig leed besparen. Wat kun je als schoonheidsspecialist doen en wanneer kun je iemand het beste doorverwijzen naar een kliniek? Beauty Wellness Magazine vraagt het aan dermatoloog Kees-Peter de Roos van DermaPark Uden.

Dr. De Roos: "Vrijwel iedereen krijgt in de puberteit te maken met acne. Bij de één zijn het enkele mee-eters of puistjes, bij de ander is het een uitgebreide en pijnlijke huidaandoening die veel psychische problemen kan geven en het plezier in het dagelijks leven behoorlijk kan vergallen. Na de tienerjaren neemt het voorkomen sterk af naar ongeveer één op de twintig." Op volwassen leeftijd komt acne bij vrouwen vaker voor dan bij mannen. Schoonheidsspecialisten worden vrijwel dagelijks geconfronteerd met mensen met acne. Of het nu pubers zijn of volwassenen; ze kunnen er allemaal veel klachten van ondervinden. Vette huid, mee-eters, pukkels en puisten zijn de belangrijkste verschijningsvormen van acne.

Het ontstaan van acne

Acne ontstaat door een ontsteking van de huid rondom de talgklieren. Hierbij spelen verschillende factoren een rol. In de meeste gevallen begint acne in de puberteit, wanneer de huid onder invloed van hormonen allerlei veranderingen ondergaat. Talgkliertjes worden actief onder invloed van deze geslachtshormonen en gaan talg produceren. Als dat heel snel gebeurt, kan het zijn dat de poriën verstopt raken. Op die manier ontstaan mee-eters (of comedonen). Er zijn oppervlakkige mee-eters (zwarte comedonen) en meer onderhuids gelegen mee-eters (witte comedonen). De talgophoping wordt nog versterkt door toegenomen verhooring van de uitvoergang van de talgklier, waardoor deze nauwer wordt. Door de opgehoopte talg en de irriterende vrije vetzuren zet de verstopte follikel steeds verder uit en scheurt uiteindelijk open. De irriterende stoffen komen in de lederhuid terecht en veroorzaken dan een ontsteking. Pukkels en puistjes zijn het gevolg.

Talgklieren komen overal in de huid voor, behalve aan de voetzolen en handpalmen. Vooral in het gezicht, op schouders en borst zitten veel talgklieren, vandaar ook dat dit de plaatsen zijn waar acne vaak voorkomt. In milde gevallen gaat de acne vanzelf over, dan is uitleg en geruststelling voldoende. Het kan daarbij belangrijk zijn ook uit te leggen dat acne niets te maken heeft met het eten van bepaald voedsel, zoals varkensvlees, chocola en friet. Hoewel je steeds weer hoort dat dit een rol zou spelen, is het nooit gelukt dit verband door middel van wetenschappelijk onderzoek aan te tonen. Ook een voedselallergie, vitaminetekort of slechte hygiëne spelen geen rol bij acne. Soms wordt gedacht dat acne besmettelijk is. Dat is natuurlijk niet zo, het is immers geen infectieziekte.

Ook hebben talgvorming en transpiratie niets met elkaar te maken. Sterk transpireren heeft dus geen invloed op de ernst van de acne. Van spanningen of stress kun je geen acne krijgen. Eerder is het omgekeerde het geval: acne kan een behoorlijk minderwaardigheidsgevoel veroorzaken.

De behandeling

Hoewel de behandelingsmogelijkheden voor acne de laatste jaren zijn toegenomen, blijft acne een aandoening met een chronisch karakter. Het is niet van de ene op de andere dag verdwenen. Zelfs de lichtere vormen van acne vereisen vaak langdurige aandacht. Acne kan immers niet echt worden genezen. Wel lukt het meestal ervoor te zorgen dat de acne rustig wordt en blijft totdat het uiteindelijk vanzelf overgaat. Omdat de te vette huid de basis van het probleem vormt, is behandeling onder andere gericht op ontvetten. Daarvoor zijn er diverse middelen, vaak op alcoholbasis, op de markt.



Er is geen standaardbehandeling voor acne. Wanneer er vooral ontstekingsverschijnselen zoals rode pukkels zijn, zal eerder voor een antibioticum worden gekozen. Wanneer de meesters op de voorgrond staan, ligt het voor de hand om die eerst te behandelen. Daarin ligt een belangrijke taak voor de schoonheidsspecialist en huidtherapeut. De behandeling van acne heeft altijd even tijd nodig om in te werken. Het is goed om uit te leggen dat het vaak enkele maanden kan duren voor een goed resultaat is bereikt.

Keratolytica

Geneesmiddelen die een huisarts of dermatoloog kunnen voorschrijven zijn keratolytica zoals salicylzuur, benzoylperoxide en vitamine A-zuur. Deze middelen zorgen ervoor dat de huid afschilfert, zodat ook de huidschilfers die de poriën verstoppen verdwijnen. Ook het ontstaan van nieuwe mee-eters wordt hierdoor tegengegaan. Daarnaast remmen deze middelen in geringe mate de bacteriegroei. Bij lichte vormen van acne kan hiermee vaak worden volstaan. Nadeel van benzoylperoxide en vitamine A-zuur is dat deze stoffen de huid in het begin van de behandeling dikwijls irriteren. Daarom begint de behandeling vaak voorzichtig (bijvoorbeeld om de dag). Sommige schoonheidsspecialisten passen voor verschillende huidaandoeningen zogenaamde fruitzuurpeelings toe. Deze geven een oppervlakkige peeling en kunnen daarom gebruikt worden bij acne.

Antibiotica

Verder zijn er antibiotica die kunnen worden toegepast, als depvocht of als tablet. De meeste inwendig gebruikte antibiotica zijn tetracycline en minocycline. Deze geneesmiddelen doden

niet alleen de bacteriën in de pukkels en puisten, maar hebben vaak ook een gering ontstekingsremmend effect. Deze middelen kunnen veilig lange tijd (maanden achtereenvolgend) worden gegeven.

Middelen die de talgvorming verminderen

Van de anticonceptiepil is al jaren bekend dat deze de talgvorming kan beïnvloeden. Er zijn anticonceptiepillen zoals Diane 35 die een gunstig effect hebben op acne. Begin dit jaar is daar veel over te doen geweest in verband met een verhoogd risico op veneuze trombose en longembolie, maar deze pil mag nog steeds worden voorgeschreven bij vrouwen met acne die niet reageren op andere middelen en antibiotica. Een ander middel dat de talgproductie onderdrukt is isotretinoïne. Deze tabletten bevatten een stof die verwant is aan vitamine A-zuur. Het is een zeer effectief middel, met soms ook forse bijwerkingen, en wordt uitsluitend voorgeschreven bij ernstige vormen van acne.

Zonlicht en hoogtezon

De ultraviolette stralen in zonlicht hebben voor- en nadelen bij acne. Aan de ene kant zorgt zonlicht voor een getinte huidskleur waardoor de acne minder opvalt. Bovendien werkt het in geringe mate ontstekingsremmend en dat is gunstig voor acne. Aan de andere kant wordt de hoornlaag van de opperhuid iets dikker en dat kan weer voor meer mee-eters zorgen.

Advies voor je klant

De meeste patiënten met acne hebben last van een verhoogde talgproductie. Dit kan tot uitdrukking komen in een vette, glimmend gelaat. Door de huid voor een behandeling te reinigen, kun je het teveel aan talg weghalen. Overmatig wassen met water en zeep heeft geen zin en kan de huid te veel uitdrogen. Het beste kun je de huid daarom met lauw water wassen of een mildzure huidreiniger gebruiken. Tenslotte is het verstandig om niet steeds van het ene middel op het andere over te schakelen. Als een bepaald middel niet voldoende helpt, is het vaak beter er een ander middel bij te gebruiken.

Krabacne

Bij meisjes speelt soms een speciale vorm van acne een rol, ook wel acne excoriée of krabacne genoemd. Daarbij wordt de acne in stand gehouden doordat er steeds weer aan gepeuterd wordt. Kennelijk peuteren meisjes vaker dan jongens. Leg je klant met acne daarom het verband tussen krabben en de acne uit; dit levert vaak snel verbetering op.

Samenwerking

Omdat bij het ontstaan van acne allerlei factoren samen een rol spelen, zal meestal een pakket van maatregelen nodig zijn, zodat de aandoening op meerdere fronten (dus bijvoorbeeld door schoonheidsspecialist, huisarts en eventueel dermatoloog) wordt bestreden.

DermaPark Uden beschikt over het ZKN-Keurmerk, waarbij veiligheid en kwaliteit voorop staan. Het keurmerk garandeert de kwaliteit van medische specialistische zorg in klinieken. «

Met dank aan:

Dr Kees-Peter de Roos, dermatoloog (DermaPark Uden) en ZKN (Zelfstandige Klinieken Nederland).