

11. Zonneallergie

Dermatologie



Rijnstate

Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!

Wat is zonneallergie?

Zonneallergie betekent dat u allergisch bent voor zonlicht. De bekendste en meest voorkomende vorm van zonneallergie is polymorfe lichteruptie (PLE), ook wel chronische polymorfe licht dermatose (CPLD) genoemd. U kunt zomaar allergisch voor zonlicht worden, terwijl u eerder het zonlicht goed kon verdragen. Zonneallergie komt vaker voor bij vrouwen dan bij mannen.

Hoe krijgt u zonneallergie?

Zonneallergie wordt veroorzaakt door UV-licht van de zon of de zonnebank. UV-licht is een niet zichtbaar onderdeel van zonlicht. Normaal zorgt UV-licht ervoor dat uw huid langzaam bruin wordt en/of verbrandt, maar bij zonneallergie reageert uw huid overgevoelig op het UV-licht. Het is niet precies bekend waarom de ene persoon wel last krijgt van zonneallergie en een andere persoon niet. Aanleg kan een rol spelen. In sommige families komt zonneallergie vaker voor dan in andere. Als u een lichte huid heeft, heeft u ook meer kans om zonneallergie te krijgen.

Overgevoeligheid voor zonlicht kan ook ontstaan door een huid- of stofwisselingsziekte, het gebruik van geneesmiddelen, chemische stoffen of contact met planten. Voorbeelden van stoffen die dit kunnen veroorzaken zijn:

- medicijnen zoals antibiotica, pijnstillers, anti-jeukmiddelen en plastabletten;
- plantensoorten zoals berenklauw, peterselie, dille, sint-janskruid, pastinaak, engelwortel, (bleek)selderij en wijnruit;
- chemische stoffen zoals bestrijdingsmiddelen of cosmetica.

Welke klachten geeft zonneallergie en hoe ziet zonneallergie eruit?

Zonneallergie kan er verschillend uitzien. In het voorjaar, bij de eerste zonnestralen, ontstaan jeukende bultjes, blaasjes of roodheid en de huid wordt dik. Deze plekken ziet u op het deel van de huid dat in de zon is geweest, zoals op uw armen en uw gezicht. De huidirritatie ontstaat meestal in de avond of nacht nadat u in de zon bent geweest. Maar het kan ook op een later moment ontstaan. Bij ernstige reacties kunnen de klachten zich zelfs uitbreiden naar de huid die wél bedekt was. De klachten beginnen in het (vroeg) voorjaar. In de zomer worden ze minder en in de herfst en winter verdwijnen ze, om dan in het volgende voorjaar weer terug te komen. De klachten kunnen per jaar in sterkte wisselen.

Is zonneallergie besmettelijk?

Nee, zonneallergie is niet besmettelijk.

Hoe weet uw dermatoloog of u zonneallergie heeft?

Uw dermatoloog kan aan de plekken op uw huid, en wat u hierover vertelt, vaststellen dat u zonneallergie heeft. Soms is verder onderzoek nodig:

Lichttesten

Dit zijn testen om te zien of uw klachten door zonlicht komen en zo ja, welke golflengte (UVA of UVB) van het zonlicht verantwoordelijk is voor de klachten.

Allergietesten

Bepaalde stoffen (cosmetica, planten, medicijnen en dergelijke) worden daarbij met licht op uw huid getest om te zien of uw klachten door deze stoffen komen.

Huidbiopt

Soms wil de dermatoloog zeker weten of er geen sprake is van een andere huidaandoening. Hij neemt dan een klein stukje huid weg (biopt). Uw huid wordt, op de plaats waar het stukje wordt weggehaald, verdoofd. Het stukje huid wordt daarna opgestuurd voor onderzoek.

Welke behandelingen van zonneallergie zijn er?

De plekken op uw huid die door zonneallergie zijn ontstaan, kunnen worden behandeld met een corticosteroidzalf. Deze zalf zorgt ervoor dat uw klachten niet erger worden en dat de jeuk minder wordt (voor meer informatie hierover zie ook de folder "Corticosteroiden voor de huid". In sommige gevallen schrijft uw dermatoloog medicijnen voor.

Wennen aan zonlicht

Zonneallergie voorkomt u het best door uw huid in het voorjaar of de vroege zomer heel langzaam te laten wennen aan de zon. Hierdoor wordt de huid iets dikker en wordt pigment aangemaakt, dat u beschermt tegen UV-licht. Uw huid laten wennen aan zonlicht kan ook door middel van speciale UV-lampen. Hiermee start u voordat de lente begint, zodat u vanaf het voorjaar geen klachten meer krijgt door de zon.

Is zonneallergie te genezen of blijft u er altijd last van houden?

Meestal gaat zonneallergie na een aantal jaren spontaan over. Sommige mensen blijven er vele jaren of altijd last van houden. Dit betekent dat ieder voorjaar de klachten weer terug komen.

Wat kunt u zelf nog doen?

Gebruik meerdere keren per dag een zonnebrandcrème (ook wel antizonnebrandcrème of zonnemelk genoemd) met minimaal beschermingsfactor 30. Breng 's ochtends, voordat u zich aankleedt, een flinke laag crème aan op de onbedekte huid. Op deze manier is uw huid onder de randjes van uw kleding ook goed beschermd. .

Draag in de zon een zonnehoed of zonneklep. Bescherm uw huid ook door uw armen en benen te bedekken met kleding.

Vermijd de zon tussen 12.00 en 15.00 uur. Vermijd situaties met heel veel zonlicht zoals vakanties naar een zonnig land en wintersportvakanties. Sneeuw en zand weerkaatsen veel zonlicht.

Vragen

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, kunt u contact opnemen met de polikliniek Dermatologie.

Telefoonnummers

Polikliniek Dermatologie: 088 - 005 5170

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate,
uw ziekenhuis in de
regio Arnhem, Rheden
en De Liemers.

 @rijnstate

 facebook.com/rijnstate

Rijnstate

Postbus 9555

6800 TA Arnhem

T 088 - 005 8888

E info@rijnstate.nl

www.rijnstate.nl