

4. Jeugdpuistjes (acne)

Dermatologie



Rijnstate

Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!

Wat is acne?

Acne vulgaris, kortweg acne genoemd, is de medische term voor jeugdpuistjes. Vrijwel iedereen krijgt in de puberteit acne. Bij de één zijn het enkele puistjes, bij de ander is het een uitgebreide huidandoening die veel psychische problemen kan geven en het plezier in het dagelijks leven ernstig kan verminderen. Acne kan soms ook na de puberteit blijven bestaan of pas op volwassen leeftijd beginnen.

Wat zijn de verschijnselen?

Acne vulgaris wordt gekenmerkt door de aanwezigheid van mee-eters (comedonen), rode pukkels (papels) en puistjes (pustels). Als er een hevige ontsteking is, ontstaan onderhuidse ontstekingen die na genezing lelijke littekens kunnen achterlaten.

Hoe ontstaat acne?

Acne is een ontsteking van de huid rondom de talgklieren (talgklierfollikels). Bij het ontstaan van acne spelen verschillende factoren een rol. In de meeste gevallen begint acne in de puberteit, als de huid onder invloed van hormonen allerlei veranderingen ondergaat.

Inwendige factoren

De talgklieren in het gezicht, op de rug en de borst worden groter en produceren meer talg (huidsmeer). Als er te veel talg wordt afgescheiden, kan de talg zich ophopen en kan de uitvoergang van de talgklier verstopt raken. Deze talgophoppingen worden mee-eters of comedonen genoemd. Er zijn oppervlakkige, open mee-eters (zwarte comedonen) en meer onderhuids gelegen, gesloten mee-eters (witte comedonen).

De talgophopping wordt nog versterkt door toegenomen verhoorning van de afvoergang van de talgklier. Daardoor wordt deze afvoergang nauwer. In de

talgklieren bevinden zich bacteriën, die de talg omzetten in vetzuren. 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 aangrenzende huid terecht en veroorzaken een ontsteking. Hierdoor ontstaan pukkels en puistjes.

Uitwendige factoren

Sommige vormen van acne ontstaan door uitwendige factoren. Meestal gaat het dan om contact met stoffen die een verstopping van de talgklier veroorzaken, zoals sommige cosmetica. Ook kan acne soms ontstaan door oliehoudende of chemische producten in bepaalde beroepen en industrieën. Ook mechanische factoren (druk en wrijven) kunnen een bestaande acne verergeren. Voorbeelden hiervan zijn acne onder de kinrand van een helm en op het voorhoofd onder een voorhoofdsband.

Geneesmiddelen

Tot slot zijn er nog geneesmiddelen die acne kunnen veroorzaken of verergeren, zoals prednison en middelen tegen tuberculose en epilepsie.

Acne wordt niet veroorzaakt door:

- Het eten van bepaald voedsel, zoals varkensvlees, chocola en patat. Een verband tussen dit voedsel en acne is wetenschappelijk niet aangetoond. Ook voedselallergie speelt bij acne geen rol.
- Een vitaminetekort. Het heeft dan ook geen zin vitaminepreparaten tegen acne te slikken.
- Slechte hygiëne. Hygiëne houdt geen verband met acne.
- Infecties. Acne is geen infectieziekte en wordt dus nooit van de ene mens op de andere overgedragen.
- Transpiratie. Talgvorming en transpiratie hebben niets met elkaar te maken. Sterk transpireren heeft geen invloed op de ernst van acne.
- Spanningen of stress. Eerder is het omgekeerde het geval: een ernstige acne kan aanzienlijke psychische spanningen oproepen (minderwaardigheidsgevoel).

Bijzondere vormen van acne

Acne conglobata is een ernstige vorm, die voornamelijk bij mannen voorkomt en vaak lang na het twintigste jaar blijft bestaan. De ontstekingen verlopen veel heviger dan bij de gewone acne (acne vulgaris). De schouders, de rug en de borst zijn in het algemeen erger aangedaan dan het gezicht. Kenmerkend zijn de dubbelcomedonen, grote onderhuidse knobbels en abcessen (met pus gevulde holtes). Deze genezen uiteindelijk wel, maar laten vaak ontsierende littekens achter.

Soms komt acne voor op ongewone plaatsen, zoals in de oksels, de liezen, onder de borsten en op de billen (ectopische acne). Mee-etters vormen een belangrijke aanwijzing dat het om acne gaat. De steeds terugkerende ontstekingen en abcessen kunnen veel ongemak veroorzaken. Deze vorm van acne komt meestal voor na het twintigste levensjaar, met name bij rokers.

Sommige mensen met acne, vaak jonge vrouwen met geringe acne, kunnen zo geobsedeerd raken door de huidaandoening, dat iedere pukkeltje wordt opengekrabd of uitgeknepen. Daardoor wordt de ontsteking alleen maar erger en ontstaat littekenvorming (acne excoriée).

Hoe wordt de diagnose gesteld?

Acne is in het algemeen gemakkelijk te herkennen. De diagnose kan bijna altijd worden gesteld op grond van de zichtbare afwijkingen. Aanvullend onderzoek is vrijwel nooit nodig.

Acne wordt vaak beoordeeld als mild, matig of ernstig. Dit gebeurt op basis van het aantal pukkels en puistjes en de uitgebreidheid ervan. De aanwezigheid van littekens speelt mee in het beoordelen van de ernst van de acne.

Chronische aandoening

Hoewel de behandelingsmogelijkheden voor acne zijn toegenomen, blijft acne een aandoening met een chronisch karakter. Acne is niet van de ene op de andere dag verdwenen. Zelfs de lichtere vormen van acne vereisen vaak langdurige aandacht. Acne kan niet altijd worden genezen. Wel lukt het meestal ervoor te zorgen dat de acne 'rustig' wordt en zo blijft totdat het uiteindelijk vanzelf overgaat.

Wat is de behandeling?

Een standaardbehandeling voor acne bestaat niet. Wanneer de ontstekingsverschijnselen op de voorgrond staan, is de behandeling anders dan wanneer het vooral om mee-eters gaat. De behandeling van acne heeft altijd even tijd nodig om voordat het effect heeft. Meestal duurt het minstens één tot drie maanden voordat het resultaat bevredigend is.

De ernst van de aandoening, de klachten, het optreden van littekenvorming, maar ook leeftijd en geslacht, bepalen met welk anti-acne middel u start. Bij de behandeling heeft u de keuze uit diverse middelen die op verschillende manieren werken.

Middelen die de versterkte verhoorning van de afvoergang tegengaan

Hiertoe behoren benzoylperoxide, tretinoïne en adapaleen. Zij worden toegepast in een crème, gel of lotion. Deze middelen zorgen ervoor dat de huid afschilfert, zodat de talg gemakkelijk naar buiten kan. Het ontstaan van mee-eters wordt hierdoor tegengegaan. Daarnaast remt benzoylperoxide ook in geringe mate de bacteriegroei. Bij lichte vormen van acne kan eenmaal per dag benzoylperoxide, tretinoïne of adapaleen voldoende zijn.

Een bezwaar van benzoylperoxide, tretinoïne en adapaleen is dat deze stoffen de huid in het begin van de behandeling dikwijls irriteren. Zo nodig kan daarom de sterkte worden verlaagd of kunt u het middel om de dag aanbrengen.

Middelen die de groei van bacteriën tegengaan

Antibiotica kunnen de groei van bacteriën tegengaan. Zij kunnen zowel uitwendig als inwendig worden toegepast, vaak in combinatie met tretinoïne, adapaleen of benzoylperoxide. Antibiotica worden meestal gebruikt voor de matige tot ernstige acne. De antibiotica die het meest inwendig worden gebruikt zijn doxycycline en minocycline. Als u voor een dergelijke behandeling kiest, moet u het antibioticum langere tijd (drie tot maximaal zes maanden) gebruiken. Antibiotica die u uitwendig in een gel of lotion gebruikt, zijn erytromycine en clindamycine.

Middelen die de ontsteking remmen

Sommige antibiotica, waaronder doxycycline en minocycline, hebben ook een ontstekingsremmende werking.

Middelen die de talgvorming verminderen

Van de anticonceptiepil is bekend dat deze de talgvorming kan beïnvloeden. Er zijn anticonceptiepillen op de markt die een gunstig effect hebben op acne. Deze behandeling wordt aanbevolen voor vrouwen die naast de acnebehandeling ook een anticonceptiepil willen gebruiken. Als u voor deze behandeling kiest, is het goed te weten dat deze middelen een verhoogd risico op trombose met zich meebrengen. Dit risico zal de dermatoloog met u bespreken.

Een ander middel dat de talgproductie onderdrukt is isotretinoïne. Dit geneesmiddel bevat een stof die verwant is aan vitamine A. Het is een heel effectief middel voor inwendig gebruik. Daarnaast heeft isotretinoïne een remmend effect op de abnormale verhoorning in de afvoergang van de talgklier en onderdrukt het de ontstekingsreactie. Het wordt uitsluitend voorgeschreven bij ernstige vormen van acne, die onvoldoende reageren op andere middelen.

De meest voorkomende bijwerking is uitdroging van de lippen, het neusslijmvlies, de ogen en de huid. Soms kunnen leverenzymen en vetten in het bloed stijgen tijdens de behandeling. Daarom is bloedonderzoek nodig.

Isotretinoïne heeft ernstige risico's bij gebruik tijdens de zwangerschap. Als gevolg hiervan kunnen ernstige aangeboren afwijkingen ontstaan. Om die reden moet een eventuele zwangerschap worden uitgesloten, voordat de behandeling kan beginnen. Ook moeten vrouwen in de vruchtbare levensfase extra maatregelen nemen om zwangerschap te voorkomen tijdens de behandeling en tot een maand na staken van de behandeling. Het is nodig om de voor- en nadelen van deze behandeling zorgvuldig tegen elkaar af te wegen.

Psychotherapie

Als de acne uw dagelijkse leven zo ernstig beïnvloedt, dat u aan nergens anders meer kunt denken en sombere gevoelens overheersen, kan psychotherapie een zinvolle bijdrage leveren. Gedragstherapie kan u helpen om verlost te worden van de drang om steeds aan ieder pukkeltje te zitten, waardoor acne verergert of in stand wordt gehouden.

Wat kunt u zelf doen?

De meeste patiënten met acne hebben last van verhoogde talgproductie. Dit kan tot uitdrukking komen in een vettig glimmend gezicht. Door de huid vooraf te reinigen kunt u het teveel aan talg weghalen. Overmatig wassen met water en zeep heeft geen zin en kan zelfs schadelijk zijn voor de huid. Het advies is om de huid dagelijks te wassen met lauw water, zonder te schuren of te scrubben. Het zelf uitknijpen of scrubben van mee-eters, pukkels en puistjes kan leiden tot littekens en verergering van de pukkels en is dan ook af te raden.

Tijdens de behandeling kan een droge huid ontstaan. Een hydraterende crème kan daarbij soms uitkomst bieden. Pas wel op dat deze crème niet te vet is, waardoor weer puistjes kunnen ontstaan. Zo kan vaseline vooral bij mensen met een Afrikaanse achtergrond comedonen veroorzaken. Als op de tube of pot 'niet comedogeen' staat vermeld, dan heeft de fabrikant dit onderzocht en kunt u het veilig voor dit doel gebruiken.

Tot slot is het verstandig om niet steeds van het ene op het andere geneesmiddel over te stappen. Als een bepaald middel niet voldoende helpt, is het vaak beter een ander middel aan de behandeling toe te voegen. Omdat bij het ontstaan van acne meerdere factoren samen een rol spelen, is meestal een combinatiebehandeling nodig. Zo wordt de aandoening op meerdere fronten tegelijk bestreden.

Wat zijn de vooruitzichten?

Acne is een onschuldige aandoening die meestal na enkele jaren vanzelf verdwijnt. Levenslange littekens kunt u door de bovengenoemde behandelingen grotendeels voorkomen. Meestal verdwijnt acne voor het vijftiengste jaar, maar soms blijft de aandoening bestaan tot op oudere leeftijd.

Vragen

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

Telefoonnummer

Polikliniek Dermatologie 088 - 005 5170

Polikliniek Dermatologie Rijnstate Zevenaar: 088 - 005 9683

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