

Acne

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 huidaandoening die veel psychische problemen kan geven.

Hoe ontstaat acne?

Acne berust op een ontsteking van de huid rondom de talgklieren. Bij het ontstaan van acne spelen verschillende factoren een rol. In de meeste gevallen begint acne in de puberteit, wanneer de huid onder invloed van hormonen allerlei veranderingen ondergaat.

De talgklieren in het gezicht, op de rug en de borst worden groter en produceren meer huidsmeer of talg, die bovendien dikker is van samenstelling. Indien er te veel talg wordt afgescheiden, kan de talg zich ophopen en kan de uitvoergang van de talgklier verstopt raken. Deze talgophoping wordt mee-eters genoemd. Er zijn oppervlakkige mee-eters (zwarte comedonen) en meer onderhuids gelegen mee-eters (witte comedonen). De talgophoping wordt nog versterkt door toegenomen verhoorning van de uitvoergang van de talgklier, waardoor deze nauwer wordt. In de talgklieren bevinden zich bacteriën, die de talg omzetten in vetzuren. Door de opgehoopte talg en de irriterende vrije vetzuren zet de verstopte klier steeds verder uit en scheurt deze open. De irriterende stoffen komen in de huid terecht en veroorzaken een ontsteking. Hierdoor ontstaan pukkels en puistjes.

Sommige vormen van acne ontstaan door uitwendige factoren. Meestal gaat het dan om contact met stoffen die een verstopping van de talgklier veroorzaken, zoals cosmetica. Verder moet gedacht worden aan olie- of chloorhoudende producten in bepaalde beroepen en industrieën.

Ook mechanische factoren (druk en wrijven) kunnen een bestaande acne verergeren (acne onder de kinrand van een helm). Tenslotte zijn er nog verschillende geneesmiddelen die aanleiding kunnen geven tot het ontstaan of verergeren van acne.

Acne heeft niets te maken met:

- Het eten van bepaald voedsel. Vooral varkensvlees, chocola en patat worden als de boosdoeners beschouwd. Dit verband is nooit door middel van wetenschappelijk onderzoek 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.

Wat zijn de verschijnselen?

Acne wordt gekenmerkt door mee-eters (comedonen), rode pukkels (papels) en puistjes (pustels). Bij een hevige ontsteking ontstaan onderhuidse ontstekingen die na genezing lelijke littekens kunnen achterlaten. Het uitknijpen van puistjes of krabben werkt ontstekingen in de hand.

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, rug en borst zijn over het algemeen erger aangedaan dan het gezicht. Kenmerkend zijn de dubbelcomedonen, grote onderhuidse knobbels en abscessen, die uiteindelijk genezen met achterlating van ontsierende littekens.

Soms komt acne voor op ongewone plaatsen, zoals in de oksels, de liezen en op de billen. Mee-eters vormen een belangrijke aanwijzing dat het om acne gaat. De steeds terugkerende ontstekingen en abscessen kunnen de patiënt veel ongemak bezorgen. Deze vorm van acne komt meestal voor na het 20ste levensjaar.

Sommige mensen met acne kunnen zo geobsedeerd raken door de huidaandoening, dat iedere pukkel wordt opengekrabd of uitgeknepen, waardoor de ontsteking alleen maar erger wordt en littekenvorming ontstaat.

Hoe wordt de diagnose gesteld?

Acne is over het algemeen zo gemakkelijk te herkennen dat de diagnose gewoonlijk kan worden gesteld op grond van het klinische beeld.

Wat is de behandeling?

Acne is niet van de ene dag op de andere verdwenen. Zelfs de lichtere vormen van acne vereisen vaak langdurige aandacht. Acne kan niet echt worden genezen. Wel lukt het meestal ervoor te zorgen dat de acne 'rustig' wordt en rustig blijft totdat het uiteindelijk vanzelf overgaat.

Een standaardbehandeling voor acne bestaat niet. De ernst van de aandoening, de klachten, het optreden van littekenvorming, maar ook leeftijd en geslacht, bepalen met welk anti-acne middel zal worden gestart. Bij de behandeling heeft men de keuze uit diverse middelen:

Middelen die de versterkte verhoorning van de afvoergang tegengaan

Deze middelen zorgen ervoor dat de huid afschilfert zodat de talg die de poriën verstopt gemakkelijk naar buiten kan. Het ontstaan van mee-eters wordt hierdoor tegengegaan. Daarnaast remmen deze middelen ook in geringe mate de bacteriegroei. Een bezwaar van deze stoffen is dat zij de huid in het begin van de behandeling dikwijls irriteren.

Middelen die de groei van bacteriën tegengaan

Behalve het bovengenoemde middel zijn het vooral antibiotica die op deze manier werken. Zij kunnen zowel uitwendig als inwendig worden toegepast.

Middelen die de ontsteking remmen

Sommige antibiotica hebben een ontstekingsremmende werking. Ook corticosteroiden onderdrukken de ontstekingsreactie. Bij acne worden deze stoffen echter niet of nauwelijks toegepast omdat het nadeel van de bijwerkingen niet opweegt tegen de voordelen.

Middelen die de talgvorming verminderen

Van 'de pil' is allang bekend dat deze de talgvorming kan beïnvloeden. Er zijn anticonceptiepillen op de markt die een gunstig effect hebben op acne. Een ander middel dat de talgproductie onderdrukt is een stof die verwant is aan vitamine A-zuur (Isotretinoïne) Dit is een zeer effectief middel voor inwendig gebruik. Het wordt uitsluitend voorgeschreven bij ernstige vormen van acne, vanwege de mogelijke ernstige bijwerkingen en risico's.

Wat kunt u zelf nog doen?

De ultraviolette stralen in zonlicht kunnen tijdelijk een gunstige invloed hebben op acne. Een te intensieve blootstelling aan zonlicht of aan kunstmatige UV-bronnen wordt ontraden in verband met het risico op huidkanker. Sommige middelen die zijn voorgeschreven kunnen de huid extra gevoelig maken voor zonlicht.

De behandeling van acne heeft altijd tijd nodig om in te werken. Veelal duurt het 1-3 maanden voordat een bevredigend resultaat is bereikt. De meeste patiënten met acne hebben last van verhoogde talgproductie. Dit kan tot uitdrukking komen in een vettig glimmend gelaat. 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. Men kan bijvoorbeeld alleen met lauw water wassen of een milde zure huidreiniger gebruiken.

Tenslotte is het verstandig niet steeds van het ene middel op het andere over te schakelen. Als een bepaald middel niet afdoende helpt, is het vaak beter er een ander middel bij te gebruiken. Omdat bij het ontstaan van acne meerdere factoren samen een rol spelen zal meestal een pakket van maatregelen nodig zijn, zodat de aandoening op meerdere fronten tegelijk wordt bestreden.

Wat zijn de vooruitzichten?

Acne is een onschuldige aandoening, die meestal na enkele jaren vanzelf verdwijnt. Meestal verdwijnt acne voor het vijftiende jaar, maar soms blijft de aandoening bestaan tot op oudere leeftijd.

Vragen?

Wij helpen u graag. U kunt contact opnemen met de assistent of uw behandelend specialist van de polikliniek Dermatologie.

- **Locatie Molengracht:**

T (076) 595 30 20

- **Locatie Pasteurlaan:**

T (0162) 32 74 69

www.amphia.nl

Aanbevolen websites over dit onderwerp:

www.huidarts.info

www.huidinfo.nl

© Deze tekst is gebaseerd op goedgekeurd voorlichtingsmateriaal van de NVDV