

Acne Vulgaris, Jeugdpuistjes, Abcessen

WAT IS HET?

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 andere is het een uitgebreide huidaandoening die veel psychische problemen kan geven en het plezier in het dagelijks leven kan vergallen.



HOE ONTSTAAT HET?

Acne berust op een ontsteking van de talgklierfollikel. 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 het talg zich ophopen en de uitvoergang van de talgklier (de porie) verstopt raken. Deze talgophopingen worden mee-eters of comedonen 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 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.

Sommige vormen van acne ontstaan door uitwendige factoren. Meestal gaat het om contact met stoffen die een verstopping van de talgklier veroorzaken, zoals bepaalde cosmetica. Verder moet gedacht worden aan oliehoudende of chloorhoudende 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. Ten slotte zijn er nog verschillende geneesmiddelen die aanleiding kunnen geven tot het ontstaan of verergeren van acne, bijvoorbeeld prednison en sommige middelen tegen tuberculose en epilepsie.

ACNE HEEFT NIETS TE MAKEN MET:

Het eten van verkeerd voedsel

Omdat acne vaak gepaard gaat met een vette huid, wordt nogal eens gedacht dat het voedsel het ontstaan van acne bevordert. Vooral varkensvlees, chocola en patat worden als de boosdoeners beschouwd. Het is nooit gelukt dit verband in wetenschappelijk onderzoek aan te tonen. Ook voedselallergie speelt bij acne geen rol.

Een vitaminetekort

Het heeft dan ook geen zin vitaminepreparaten tegen acne te slikken.

Slechte hygiëne

Ook dit is een fabel. Hygiëne houdt geen verband met acne. Overmatig wassen met water en zeep heeft geen zin en kan zelfs schadelijk zijn voor de huid.

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 spanning oproepen (minderwaardigheidsgevoel).

WAT ZIJN DE VERSCHIJNSELEN?

Acne wordt gekenmerkt door het voorkomen van mee-eters, rode pukkels (papels) en puistjes (pustels). Als het een hevige ontsteking is, 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

Behalve acne vulgaris, hetgeen betekent "gewone" (meest voorkomende vorm van) acne, zijn er nog enkele vormen van acne met een ander beeld of een ander beloop.

Acne conglobata.



Dit is een ernstige vorm van acne, die voornamelijk bij mannen voorkomt en vaak lang na het 20e jaar blijft bestaan. De ontstekingen verlopen veel heviger dan bij acne vulgaris. De schouders, de rug en de borst zijn over het algemeen erger aangedaan dan het gezicht. Kenmerkend zijn de grote onderhuidse knobbels en abscessen (met pus gevulde holtes), die uiteindelijk genezen met achterlating van ontsierende littekens.

Acne ectopica (hidradenitis suppurativa).



Dit is een variant van acne op ongewone plaatsen, zoals de oksels, de liezen en op de billen. Het kan zeer ernstig zijn. De steeds terugkerende ontstekingen en abscessen kunnen de patiënt veel ongemak bezorgen. Deze vorm van acne komt meestal voor na het 20e levensjaar. Zie verder onder [hidradenitis suppurativa](#).

Acne excoriée.



Sommige mensen met acne, veelal jonge vrouwen met geringe 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 hoe de huid er uit ziet. Aanvullende onderzoek is vrijwel nooit nodig.

WAT IS DE BESTE BEHANDELING?

Ofschoon de behandelingsmogelijkheden voor acne de laatste jaren enorm zijn toegenomen, blijft acne een aandoening met een chronisch karakter. 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 er uiteindelijk genezing optreedt.

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 ernst van de aandoening, de klachten, maar ook leeftijd en geslacht, bepalen met welk anti-acne middel zal worden gestart.

Bij de behandeling heeft men de keuze uit diverse middelen die op verschillende manieren werken:

Middelen die de versterkte verhoorning van de afvoergang tegengaan

Hiertoe behoren o.a. salicylzuur, benzoylperoxide en vitamine A-zuur. Zij worden toegepast in een crème, gel of lotion. 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. Bij de lichte vormen van acne kan hiermee vaak worden volstaan.

Een bezwaar van benzoylperoxide en vitamine A-zuur is dat deze stoffen de huid in het begin van de behandeling vaak irriteren. Daarom begint men vaak voorzichtig. Als de voorgeschreven gel of crème goed wordt verdragen kan de sterkte eventueel worden verhoogd.

Middelen die de groei van bacteriën tegengaan

Behalve het reeds genoemde benzoylperoxide zijn het vooral antibiotica die op deze manier werken. Zij kunnen zowel uitwendig als inwendig worden toegepast. De meeste inwendige gebruikte antibiotica zijn tetracycline en minocycline. Indien voor een dergelijke behandeling gekozen wordt, dient dit langere tijd (vaak vele maanden) gegeven te worden. Antibiotica die uitwendig worden toegepast zijn erythromycine en clindamycine.

Middelen die de ontstekingen remmen

Sommige antibiotica, waaronder de eerdergenoemde tetracycline en minocycline, en ook doxycycline, hebben een ontstekingsremmende werking. Dit ontstekingsremmende effect staat los van het bacteriedodende effect van deze antibiotica. Dit type antibiotica wordt ook gebruikt bij ziekten die niets met bacterien te maken hebben.

Ook corticosteroiden (bijnierschors hormonen) onderdrukken de ontstekingsreactie. Bij acne worden deze stoffen echter niet of nauwelijks toegepast omdat het nadeel van de bijwerkingen niet opweegt tegen de voordelen. Alleen bij bijzondere vormen van acne kan het zinvol zijn plaatselijk injecties met corticosteroiden te geven.

Middelen die de talgvorming verminderen

Van de "pil" is al lang bekend dat deze talgvorming kan beïnvloeden. Er zijn anticonceptiepillen op de markt die een gunstig effect hebben op acne, bijvoorbeeld de pil (Diane-35®). Men dient er rekening mee te houden dat de anti-conceptieve werking van deze pillen kan verminderen door het gelijktijdig gebruik van orale antibiotica zoals bv. tetracycline. Gedurende die tijd zullen daarom extra anti-conceptieve maatregelen moeten worden genomen.

Een ander middel dat de talgproductie onderdrukt is Roaccutane (isotretinoïne), dat een stof bevat die verwant is aan vitamine A-zuur. Dit is een zeer effectief middel voor inwendig gebruik. Het wordt uitsluitend voorgeschreven bij ernstige vormen van acne, die onvoldoende reageren op andere middelen. Het middel heeft ernstige bijwerkingen en risico's, met name tijdens gebruik in de zwangerschap. Ook mag het niet worden toegepast in combinatie met inwendig gebruikte antibiotica. De voor- en nadelen van deze behandeling dienen zorgvuldig tegen elkaar te worden afgewogen.

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. Overdaad schaadt! Het is belangrijk zich te realiseren

dat sommige middelen die de dokter heeft voorgeschreven tegen acne (zoals vitamine A-zuur en bepaalde tetracyclines) de huid als het ware extra gevoelig maken voor zonlicht.

De behandeling van acne heeft altijd even 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 bij de meeste patiënten na enkele jaren vanzelf verdwijnt. Meestal verdwijnt acne voor het 25e jaar, maar soms blijft de aandoening bestaan tot op oudere leeftijd.