

ACNE

Acne vulgaris, kortweg acne genoemd, is de medische term voor jeugdpuistjes. Wat is acne? En hoe is het te behandelen? Dat en meer leest u in deze folder.

Wat is acne?

Bij acne zijn talgkliertjes in de huid verstopt of ontstoken. Talg is een vette stof die de huid beschermt. De talg komt naar buiten via de talgkliertjes. Acne komt vooral voor bij mensen tussen de vijftien en vijfentwintig jaar, maar het kan ook eerder of later voorkomen. Bij de een gaat het om een paar puistjes. Bij de andere is het een opvallende huidaandoening die veel psychische problemen kan geven.

Wat zijn de verschijnselen?

Bij acne ontstaan er puistjes in het gezicht en vaak ook op de rug, schouders en borst. Kenmerkend zijn ook mee-eters. Mee-eters zijn ophopingen van talg die de uitgang van de talgklier (de porie) verstoppen. Er is dan een zwart puntje in de huid te zien. Mee-eters kunnen gaan ontsteken. Hevige ontstekingen onder de huid kunnen na genezing lelijke littekens achterlaten.

Hoe ontstaat het?

Vrijwel iedereen krijgt in de puberteit acne. Hoe het komt dat de een er meer of langer last van heeft dan de ander is niet bekend. Verschillende factoren spelen een rol. Door hormoonveranderingen in de puberteit worden talgklieren in het gezicht, op de rug en de borst groter en produceren meer talg. De talg is bovendien dikker dan voorheen. Ook wordt de opperlaag van de huid dikker (verhoorning). Door deze veranderingen raken de talgkliertjes sneller verstopt. Er ontstaan mee-eters die vervolgens kunnen gaan ontsteken. Het uitknippen van puistjes of krabben werkt ontstekingen in de hand. 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.

Misverstanden over acne

Over het ontstaan van acne bestaan nogal wat misverstanden. Anders dan veel mensen denken ontstaat acne niet door:

- Het eten van verkeerd voedsel
Vooral varkensvlees, chocola en patat worden als de boosdoeners beschouwd. Wetenschappelijk onderzoek heeft nooit een verband tussen acne en voeding aan kunnen tonen. Ook voedselallergie speelt bij acne geen rol.
- Een vitaminedekort
Het slikken van vitaminepreparaten tegen acne heeft geen zin.
- Slechte hygiëne
Extra wassen met water en zeep is zinloos en kan zelfs schadelijk zijn voor de huid.
- Infecties
Acne is geen infectieziekte en wordt dus niet van de ene mens op de andere overgedragen.
- Transpiratie
Talgvorming en transpiratie hebben niets met elkaar te maken.
- Spanningen of stress
Stress veroorzaakt geen acne. Wel is het omgekeerde het geval: ernstige acne kan psychische spanningen oproepen (onzekerheid, minderwaardigheidsgevoel).

Behandeling van acne

Acne is niet van de een op de andere dag te genezen. Het is een aandoening met een chronisch karakter. Zelfs de lichtere vormen van acne vereisen vaak langdurige behandeling. Het is mogelijk om met medicijnen ervoor te zorgen dat de huid 'rustig' wordt en blijft. Ook bij zwaardere vormen van

acne. Compleet verdwijnen doet acne niet door medicijnen. Na verloop van tijd verdwijnt acne meestal vanzelf, maar dit kan lang duren.

Een standaardbehandeling voor acne bestaat niet. Bij iemand die veel last heeft van ontstekingen 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 welke behandeling uw arts adviseert. Voor de behandeling van acne bestaan meerdere middelen die op verschillende manieren werken. Deze middelen zijn alleen op recept verkrijgbaar bij de apotheek.

Middelen die de versterkte verhoorning van de afvoergang tegengaan

Onder andere: salicylzuur, benzoylperoxide en vitamine A-zuur. Ze worden toegepast in een crème, gel of lotion. Deze middelen zijn alleen op recept verkrijgbaar. Ze 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 de bacteriegroei. Bij de lichte vormen van acne kan hiermee vaak worden volstaan.

Deze stoffen kunnen de huid in het begin van de behandeling irriteren. De behandeling moet daarom voorzichtig worden gestart.

Middelen die de groei van bacteriën tegengaan

Antibiotica gaan de groei van bacteriën tegen. Ze kunnen zowel uitwendig (crème of gel) als inwendig (pillen) worden toegepast. De meeste inwendig gebruikte antibiotica zijn tetracycline en minocycline. Antibiotica die uitwendig worden toegepast zijn erythromycine en clindamycine. De middelen moeten vaak langere tijd (vaak vele maanden) worden gebruikt.

Middelen die de ontstekingen remmen

Sommige antibiotica, waaronder tetracycline en minocycline, en ook doxycycline hebben een ontstekingsremmende werking. Dit ontstekingsremmende effect staat los van het bacterie-dodende effect van deze antibiotica. Dit type antibiotica wordt ook gebruikt bij ziekten die niets met bacteriën te maken hebben. Deze middelen kunnen zowel uitwendig (crème of gel) als inwendig (pillen) worden toegepast.

Middelen die de talgvorming verminderen

Er zijn anticonceptiepillen die een gunstig effect hebben op acne, bijvoorbeeld cyproteronacetaat ethinylestradiol 35 (Diane-35®). Dit middel is alleen voor vrouwen beschikbaar. Pas op: als u naast deze pil ook antibiotica slikt, bijvoorbeeld tetracycline, werkt de pil minder goed als anticonceptiemiddel. U moet dan tijdelijk aanvullende maatregelen nemen om zwangerschap te voorkomen.

Een ander middel dat de talgproductie onderdrukt is isotretinoïne, dat is een stof die lijkt op vitamine A-zuur. Dit is een zeer effectief middel. Deze pillen worden uitsluitend voorgeschreven bij ernstige vormen van acne, die onvoldoende reageren op andere middelen. Isotretinoïne heeft ernstige bijwerkingen en risico's, vooral tijdens gebruik in de zwangerschap voor de ongeboren vrucht. Ook mag het niet worden toegepast in combinatie met inwendig gebruikte antibiotica. De voor- en nadelen van deze behandeling moeten zorgvuldig tegen elkaar worden afgewogen.

Tips:

- Houd er rekening mee dat het bij de behandeling van acne vaak wel een tot drie maanden duurt voor het effect goed merkbaar is.
- De meeste patiënten met acne hebben last van verhoogde talgproductie. Het gezicht kan dan vettig aanvoelen. Door de huid te reinigen met lauw water kunt u het teveel aan talg weghalen voor u de voorgeschreven crème, gel of lotion smeert.
- Was uw gezicht niet met zeep, dit kan schadelijk zijn voor de huid. Was liever alleen met lauw water.
- Het is niet verstandig 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. Omdat bij het ontstaan van acne meerdere factoren samen een rol spelen zal meestal een pakket van maatregelen nodig zijn. Op die manier wordt de aandoening op meerdere fronten tegelijk bestreden.

Contactinformatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de afdeling Dermatologie:

Locatie Jan van Goyenkade
Jan van Goyenkade 1
1075 HN Amsterdam
020 – 305 58 45

We zijn bereikbaar op werkdagen tussen 08.30 en 16.30 uur.