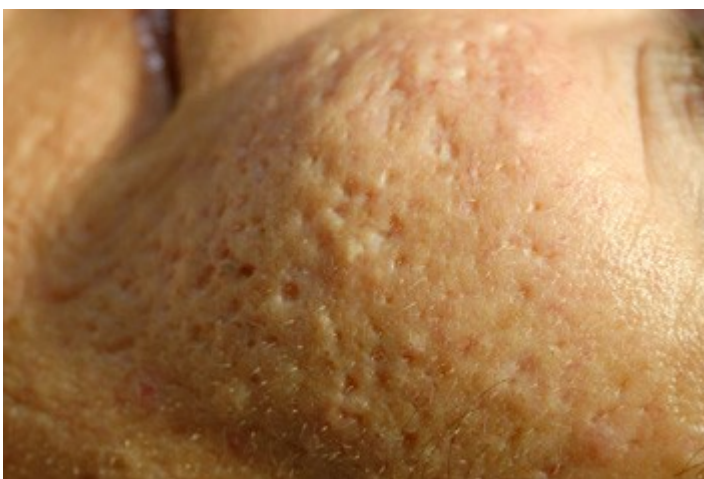


Acnelittekens

Acne en acnelittekens

Mensen met ernstige acne hebben niet alleen een probleem tijdens de periode van ontstekingen. Nadat een ernstige acne eindelijk is uitgewoed blijven vaak ontsierende littekens over als een levenslang aanwezig aandenken aan de acne. Littekens komen tegenwoordig minder vaak voor omdat dermatologen bij de meeste mensen met ernstige acne de ontsteking van de huid snel weten te onderdrukken.



Welke restverschijnselen zien wij bij acne?

De restverschijnselen na een periode van acne kunnen in 3 groepen worden verdeeld:

- **rode vlekken:** nadat de ontstekingen zijn verdwenen blijven gedurende 3 tot 9 maanden rode vlekjes zichtbaar op de plekken waar de ontstekingen hebben gezeten. Als deze vlekjes geheel vlak zijn is er meestal geen sprake van littekenvorming. De rode vlekken trekken restloos weg.
- **donkere vlekken:** zoals bij elke ontsteking van de huid die aan zonlicht wordt blootgesteld kan een donkere verkleuring ontstaan ter plekke van de uitgebluste acne-haarden. Bij donkerder huidtypen en blootstelling aan zonlicht is het risico op deze hyperpigmentatie het grootst. Deze pigmentatie trekt ook weer weg. Dit kan tot wel 3 jaar duren!
- **littekens:** het eigenlijke onderwerp van deze folder. De verschillende soorten acnelittekens zullen hieronder besproken worden.

Wat zijn acnelittekens?

Littekenweefsel ontstaat na beschadiging van de huid. Bij acne wordt deze beschadiging veroorzaakt door de heftige ontstekingsreactie in de huid (zie voor details de [algemene folder over acne](#)). Meestal geldt dat er een direct verband bestaat tussen de ernst van de ontsteking en de mate van littekenvorming in reactie daarop. Sommige mensen ontwikkelen echter ook relatief grote littekens op basis van vrij oppervlakkige en kleine acne-ontstekingen. Het blijkt dat de gevoeligheid voor het maken van littekens sterk verschilt van persoon tot persoon.

Welke soorten acnelittekens zijn er?

Acnelittekens zijn in 2 grote groepen te verdelen.

- **littekens met weefselverlies** (ijspriemlittekens bv)
- **littekens met weefseltoename** ('wild vlees' littekens)

Littekens met weefselverlies

deze groep kan worden onderverdeeld in een aantal soorten littekens

- **Ijspriemlittekens** ('ice-pick' littekens). Deze zijn klein en hebben een steile 'wand' en worden ijspriemlittekens genoemd omdat ze zo diep en smal zijn alsof ze door een ijspriem zijn uitgeboord... Meestal betreft het hier heel diepe littekens. Vooral op de wangen aanwezig.
- **Appelboorlittekens**. Ook deze littekens hebben een stijle wand maar zijn veel groter dan de ijspriemlittekens. Ze kunnen tot enkele millimeters groot zijn. Het lijkt alsof er met een zeer klein appelboortje een stukje uit de huid is geponst. De wanden en de bodem van dit type litteken zijn vaak erg stug. Vooral op de wangen.
- **Glooiende littekens**. Bij deze vorm is er geen sprake van scherp uitgeponste littekens, maar van soepel aanvoelende huid met kleine glooiende verzakkingen zonder scherpe begrenzing met de normale huid. Vooral op de wangen en slapen.
- **Atrofische littekens**. Bij deze littekens lijkt er sprake te zijn van kleine stukjes sterk verdunde, kwetsbare huid die bij samenknijpen kan rimpelen als sigarettenspapier. Uiteindelijk meestal wit van kleur. Komt voor in het gelaat en op de romp.

Littekens met weefseltoename

- **Hypertrofische littekens**: op de plaats waar de acne-ontsteking heeft gezeten wordt een grote hoeveelheid littekenweefsel aangemaakt die als een vast aanvoelende knobbel in- en op de huid ligt. Deze littekens kunnen vrij groot worden. Wanneer meerdere ontstekingshaarden vlak bij elkaar hebben gezeten kunnen deze hypertrofische littekens samenvloeien tot één grote littekenmassa. Vooral de borst, rug en het achterhoofd zijn gevoelig voor deze vorm van littekenformatie.
- **Keloïd**: keloïdlittekens zijn sterk vergelijkbaar met de zojuist besproken hypertrofische littekens. Het verschil is dat bij keloïd het littekenweefsel zich ook nog uitbreidt buiten het oorspronkelijke ontstekingsgebied. Zowel hypertrofische littekens als keloïden kunnen worden behandeld met injecties met corticosteroïden in het littekenweefsel. Deze behandeling moet meerdere keren herhaald worden.

Hoe worden acnelittekens behandeld?

In de loop van de afgelopen jaren zijn er verschillende technieken ontwikkeld om acnelittekens te behandelen. De keuze van de behandelstrategie is natuurlijk sterk afhankelijk van het type acnelitteken en van het huidtype. Een andere belangrijke factor is welk risico op complicaties U wilt lopen om de acne littekens minder zichtbaar te maken.

Het is belangrijk om U te realiseren dat littekens (en dus ook acnelittekens) *nooit* verdwijnen en dat alle behandelingen erop gericht zijn de littekens minder zichtbaar te maken.

De behandelingen kunnen worden verdeeld in 3 groepen

- **Chirurgie**: opvallende, grote, diepe littekens kunnen worden weggesneden waarna de huid gehecht wordt. dit wegsnijden kan op de klassieke manier gebeuren of door het nemen van diepe ponsbiopten waarna de huid gehecht wordt. Bij deze techniek wordt het putvormige acnelitteken vervangen door een lijnvormig litteken. In de praktijk blijkt dat de huid na deze ingreep ter plekke van het nieuwe streepvormige litteken niet zelden opnieuw gaat wijken en er weer een nieuw diep litteken ontstaat.

- **Stimulatie van bindweefsel aanmaak:** met behulp van bepaalde typen laser kan de diepere huidlaag worden verhit. Door deze verhitting komen groeifactoren vrij die de bindweefselcellen in de huid aanzetten tot het maken van nieuw bindweefsel. Dit is een veilige methode van littekenbehandeling met redelijke resultaten. Omdat het extra geproduceerde bindweefsel na verloop van tijd weer wordt afgebroken is het effect tijdelijk van aard. Meestal moet deze behandeling dan ook jaarlijks worden uitgevoerd om het effect te behouden.
- **Dermabrasie, laser en peeling:** bij deze technieken worden de oppervlakkige lagen van de huid verwijderd door middel van een slijptol (dermabrasie, de oudste techniek), chemische stoffen (peeling) of lasertherapie. Oppervlakkige littekens kunnen (afhankelijk van de diepte van de dermabrasie) soms vrijwel onzichtbaar worden en diepe littekens worden minder opvallend. Vooral bij de laserbehandeling is er dan ook nog het extra voordeel van stimulatie van de bindweefsel aanmaak. Het resultaat kan heel fraai zijn en houdt aanmerkelijk langer aan dan dat van de bindweefselstimulatie alléén. Helaas is het zo dat bij deze behandeling verdoving nodig is en er een veel groter risico bestaat op complicaties zoals infecties, littekenvorming en kleurverschillen. Sinds enkele jaren is de fractional laser beschikbaar die ook de bovenste huidlagen verwijderd maar dit puntsgewijs doet: elk lasergaatje wordt omgeven door gezonde huid zodat herstel snel optreedt en de risico's op complicatie veel kleiner zijn. Wel zijn er meerdere behandelingsessies nodig.
- **Inspuiten van huidfillers:** de afgelopen jaren zijn er verschillende injecteerbare substanties ontwikkeld om rimpels op te vullen. Dezelfde producten worden ook wel toegepast om acnelittekens te behandelen. De resultaten zijn meestal vrij teleurstellend.

Laat ik mijn acnelittekens behandelen?

Wanneer U besluit acnelittekens te laten behandelen let dan op het volgende:

- littekens verdwijnen niet: een *verbetering* van de structuur en aanblik van de huid is het hoogst haalbare.
- een intensieve, diepe behandeling geeft de grootste kans op goede resultaten maar houdt ook de grootste risico's in.
- acnelittekens kunnen in de loop der jaren ook spontaan minder opvallend worden
- start **niet** binnen 1 jaar (en liefst 2 jaar) na het stoppen van een isotretinoïnebehandeling (Roaccutane) met littekenbehandelingen
- kies altijd een kliniek waar ook dermatologen aan verbonden zijn (zij zijn uiteindelijk de huidkenners bij uitstek!)

Hoe voorkom ik acnelittekens?

Bij ernstige en matig-ernstige vormen van acne zal de dermatoloog meestal snel starten met zware (maar effectieve) therapie, juist om littekenvorming vóór te zijn. De ontwikkeling van isotretinoïne (beter bekend onder de merknaam Roaccutane) heeft er voor gezorgd dat acnelittekens nu veel minder vaak voorkomen dan vroeger.

Bij een actieve acne is het verleidelijk om puistjes uit te knijpen. Dit is erg onverstandig omdat hierdoor niet alleen talg naar buiten wordt geperst maar ook talg in de huid terecht komt wat weer aanleiding geeft tot nog heftiger ontstekingen en daarmee ook grotere littekens. Niet aankomen dus!

Copyright en uitgever: www.huidinfo.nl
 Oorspronkelijke informatiepagina met verwijzingen
 Voorwaarden: zie [disclaimer](#)