

Wat is diabetes?

Diabetes is een veel voorkomende aandoening waarbij het bloedsuiker (glucose) gehalte in het bloed verhoogd is. Diabetes kan aanleiding geven tot complicaties in diverse organen zoals de bloedvaten, de ogen, de nieren, de huid en het zenuwstelsel. Er zijn twee typen diabetes:

- **Type 1 diabetes** (ook wel insuline-afhankelijke diabetes mellitus, IDDM) wordt gekenmerkt door een vrij plotseling begin en komt relatief veel op jonge leeftijd voor. Voor het reguleren van type 1 diabetes is het gebruik van insuline noodzakelijk.
- **Type 2 diabetes** (niet-insuline afhankelijke diabetes mellitus, NIDDM) ontstaat vaker op volwassen leeftijd en kan gereguleerd worden door dieetmaatregelen en/of orale medicijnen.

Beide typen diabetes kunnen op middellange termijn **huidproblemen** veroorzaken:

Huidaandoeningen die **rechtstreeks** worden veroorzaakt door diabetes

Diabetische dermopathie ('suikerplekken')

De huidafwijkingen die bekend staan als diabetische dermopathie of suikerplekken (engels: *diabetic shin spots*) vormen het meest algemeen voorkomende huidprobleem bij mensen met diabetes. Ongeveer de helft van de patienten met diabetes heeft er in meer of mindere mate last van. Het zijn ovale rode plekken van 0,5 tot 1 cm groot die vooral ontstaan aan de scheenbenen. Het begint als kleine rode verhevenheden, die na verloop van dagen vlak worden en een lichte schilfering vertonen. Uiteindelijk verdwijnt de plek met achterlating van een bruine vlek.

De plekken ontstaan waarschijnlijk door beschadiging van de allerkleinste bloedvaatjes in de huid door de diabetes en kunnen een voorbode zijn van neuropathie (zie hieronder)

Zweren ten gevolge van verminderde doorbloeding van de huid

Diabetes veroorzaakt op de lange termijn schade aan de bloedvaten, ondermeer aan de kleinste bloedvaten van de huid (de capillaire bloedvaten). De toevoer van zuurstof en voedingsstoffen naar de huid toe vermindert hierdoor. Aangezien zowel zuurstof als voedingsstoffen essentieel zijn voor alle levende weefsels, kan een verminderde aanvoer tot problemen leiden. In ernstige gevallen kan de huid al problemen hebben om de huid intact te houden. Wanneer in een dergelijke situatie wondjes aan de huid ontstaan kan de aanvoer onvoldoende blijken te zijn om de huid weer te herstellen. Een dergelijk langdurig bestaande wond of zweer (die vaak aan de onderbenen is gelokaliseerd) noemt men een **diabetisch ulcus**.

Onder invloed van diverse factoren blijkt vooral de huid van enkels en voeten zeer kwetsbaar voor diabetische wonden. Wanneer er sprake is van uitgebreide wonden en weefselversterf aan de voeten wordt wel gesproken van een **diabetische voet**

Zweren ten gevolge van aantasting van de zenuwen

Ook het zenuwstelsel van de huid kan door diabetes worden aangetast. Dit begint vaak aan de voeten. Hierdoor treedt een verminderd gevoel op van de huid. Eventuele beschadigingen van de huid of onregelmatigheden in het schoeisel worden daarom niet gevoeld. Dit heet **neuropathie**. Wondjes worden daarom vaak niet tijdig opgemerkt en adequaat behandeld. Samen met het feit dat de doorbloeding van de huid is verslechterd levert dit vaak moeilijk te genezen wonden op en is er dus een 'diabetische voet' ontstaan.

Langdurig bestaande diepe wonden vormen een gevaar omdat het uitgelezen groeiplaatsen zijn voor bacterien. Dit geeft op zijn beurt weer risico's op levensgevaarlijke bloedvergiftiging (sepsis). Het is daarom dat bij ernstige diabetische voeten uiteindelijk gekozen moet worden voor amputatie van de voet. Het probleem 'diabetische voet' is dus ernstig en moet tijdig onderkend worden!

Blaren door diabetes

Diabetische blaren komen niet heel vaak voor. Ze worden vooral gezien bij mensen met een al lang bestaande diabetes mellitus en verschijnen vooral aan de voeten en onderbenen. Het zijn strak gespannen, met helder vocht gevulde blaren die binnen enkele dagen ontstaan zonder voorafgaande roodheid van de huid. Het genezingsproces daarna is vaak traag.

Huidaandoeningen die relatief vaker voorkomen bij diabetici

Huidinfecties

Diabetici hebben vaker huidinfecties dan mensen zonder diabetes. De oorzaak hiervoor is niet geheel duidelijk; het zou kunnen gaan om een verhoogde suikerconcentratie in de huid die daardoor een betere 'voedingsbodem' voor de bacteriën en gisten zou kunnen zijn.

Vrij algemeen zijn infecties met de gist *Candida albicans*. Het gaat dan vooral om infecties in de mond, rond de geslachtsdelen (bijvoorbeeld vaginale candida-infectie), de huidplooien en de nagelriemen.

Candidainfectie van de ruimte tussen de vingers heet smetweb (erosio interdigitalis blastomycetica).

Bacterie-infecties met *Staphylococcus aureus* komen ook vaker voor bij diabetici. Deze veroorzaken vooral ontstekingen van de haarzakjes (folliculitis)

Jeuk

Er zijn veel oorzaken van jeuk. Bekend is dat uitgebreide jeukklachten kunnen voorkomen bij mensen met diabetes, vooral als de diabetes niet helemaal goed is ingesteld.

Granuloma annulare

Granuloma annulare is een ontstekingsreactie in de huid die zich presenteert als rode, iets verdikte ringen en geven meestal geen klachten. Granuloma annulare komt relatief vaker voor bij diabetici dan bij mensen zonder diabetes. Over granuloma annulare is een aparte informatiepagina geschreven.

Necrobiosis lipoïdica diabetorum

Necrobiosis lipoïdica is een ongevaarlijke huidaandoening van onbekende oorsprong. De aandoening komt vooral voor bij mensen met diabetes en daarom wordt de afwijking ook wel necrobiosis lipoïdica diabetorum genoemd. De huidafwijkingen worden meestal aan de benen gezien.

Vitiligo

Ook vitiligo, een aandoening waarbij pigment uit de huid verloren gaat, komt relatief vaker voor bij mensen met diabetes. Zie ook: vitiligo.

Acanthosis nigricans

Deze aandoening gaat gepaard met gepigmenteerde, fluweel-achtige, iets verdikte plekken die vooral in de plooien van de huid voorkomen, zoals de liezen, de oksels en in de hals. De aandoening komt relatief vaker voor bij diabetici.

Gesteelde fibromen

De kleine huidkleurige- of gepigmenteerde huidflapjes in oksels, liezen, hals en nek komen zeer algemeen voor. Mensen met diabetes hebben vaak veel meer en veel grotere fibromen op deze plekken. De fibroompjes zijn eenvoudig door de arts te verwijderen.