

Constitutioneel eczeem bij kinderen

Informatie voor ouders van kinderen met eczeem

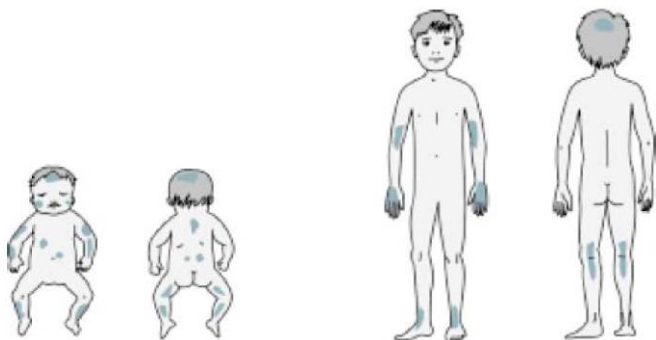
Afdelingen Kindergeneeskunde en Dermatologie

Eczeem is een hardnekkige ziekte van de huid gekenmerkt door jeuk, een droge huid en ontsteking van de huid. Constitutioneel eczeem is het meest voorkomende soort eczeem bij kinderen. Het is niet besmettelijk. Andere namen voor constitutioneel eczeem zijn atopisch eczeem, dauwworm en dermatitis.

Wat zijn de kenmerken van constitutioneel eczeem?

- Een droge en doffe huid die ruw aanvoelt.
- Hevige jeuk waardoor het kind gaat krabben, voornamelijk als de huid bloot is.
- Roodheid en warm aanvoelen van de huid.
- Bobbeltjes en vochtblaasjes; sommige blaasjes gaan open en scheiden vocht af.
- Krabsporen die kunnen leiden tot schilfering, barsten in de huid, wondjes, korstjes en later verdikking van de huid.
- Afwisseling van opvlammingen en periodes van verbetering.
- Komt voor in families met hooikoorts, astma, voedselallergie en eczeem.

Constitutioneel eczeem komt bij 75% van de kinderen al in het 1e levensjaar tot uiting. Het eczeem begint bij baby's vooral in het gezicht (op de wangen) en in de nek. Het kan zich dan uitbreiden naar de achterkant van de armen en voorkant van de benen, en naar de romp. Tussen de leeftijd van 1 en 3 jaar verplaatst het eczeem zich meestal naar de elleboogplooien, knieholtes, polsen en enkels (figuur 3).



Figuur 3. Lokalisaties van constitutioneel eczeem bij baby's, peuters/kleuters en oudere kinderen.

Hoe ontstaat constitutioneel eczeem?

Voor het ontstaan van constitutioneel eczeem is niet één oorzaak aan te wijzen. Het is bekend dat een bepaalde erfelijke aanleg (de zogenaamde constitutie) een belangrijke rol speelt.

Zo komt constitutioneel eczeem vaak voor in families met een aanleg voor allergie. Bij constitutioneel eczeem is meestal onduidelijk welke prikkels oftewel omgevingsfactoren een rol spelen.

Wel is bekend dat kinderen met constitutioneel eczeem aanleg hebben voor een gevoelige huid (figuur 4).

Bezoekadressen:

Meander Medisch Centrum
Maatweg 3
3813 TZ Amersfoort

Locatie Baarn
Molenweg 2
3743 CM Baarn

Locatie Barneveld
(Medisch Centrum de Burgt)
Nederwoudseweg 17
3772 TD Barneveld

Locatie Leusden
(Medisch Centrum de Mulderij)
De Mulderij 2
3831 NV Leusden

Locatie Nijkerk
(De Nije Veste)
Oranjelaan 104
3862 CX Nijkerk

Postadres:

Postbus 1502
3800 BM Amersfoort

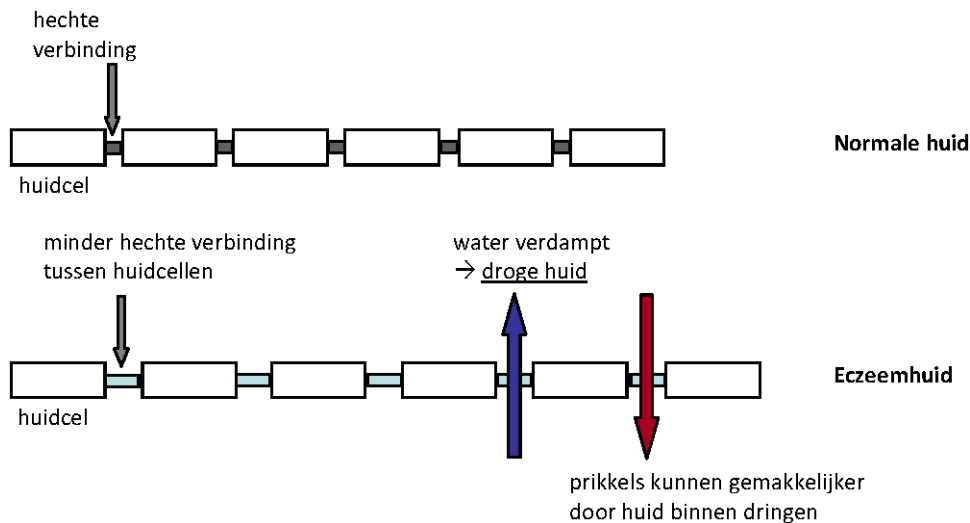
Telefoonnummers:

Algemeen: 033 – 850 50 50
Afspraken: 033 – 850 60 70

KvK Gooi en Eemland:

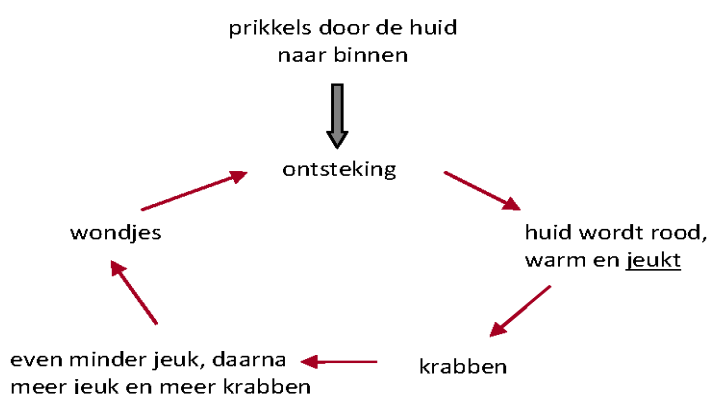
32082917

www.meandermc.nl



Figuur 4. Ontstaansmechanisme van eczeem.

Kader I. Vicious circle for maintenance of eczema In een gezonde huid zijn de huidcellen met elkaar verbonden via hechte verbindingen (figuur 4). Zo vormt de huid een stevige bescherm laag tegen de buitenwereld. Bij kinderen met constitutioneel eczeem zijn deze hechte verbindingen minder sterk, waardoor de beschermfunctie van de huid verminderd is. Als gevolg hiervan houdt de huid minder goed vocht vast wat leidt tot een droge huid. Daarnaast kunnen prikkels van buitenaf gemakkelijker door de huid naar binnen dringen. Het is een normale reactie van het lichaam om deze prikkels te lijf te gaan met een ontstekingsreactie. De huid wordt dan rood en gaat warm aanvoelen. Daarna komt de jeuk. Dit proces treedt normaal bijvoorbeeld op bij een wond die moet genezen. Het is dan een tijdelijk proces dat weer ophoudt als de wond genezen is. Bij constitutioneel eczeem houdt de ontstekingsreactie echter aan, omdat er steeds nieuwe prikkels binnendringen en omdat de huid zo droog blijft. Op deze manier ontstaat er een voortdurende ontsteking van de huid die weer leidt tot jeuk, waardoor het kind gaat krabben. Dit leidt weer tot méér beschadiging van de huid, waarop weer een ontstekingsreactie ontstaat en zo is de cirkel rond (figuur 5).



Figuur 5. De "jeukcirkel".

Is er een relatie met (voedsel)allergie?

Allergie betekent dat het lichaam overgevoelig is voor bepaalde stoffen of prikkels uit de omgeving. Dit is een ander ziektebeeld dan constitutioneel eczeem: constitutioneel eczeem en voedselallergie zijn twee verschillende ziektes die het gevolg kunnen zijn van een zelfde aanleg oftewel constitutie. Eczeem komt dus vaker voor bij kinderen die een allergie hebben, dan bij kinderen die geen allergie hebben. Constitutioneel eczeem wordt echter

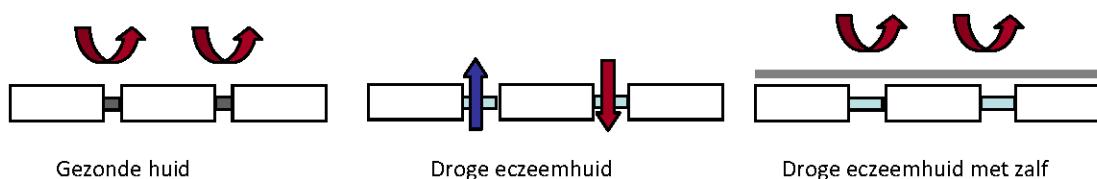
niet veroorzaakt door allergie! Bij constitutioneel eczeem is er een afwijkende structuur van de huid (figuur 4). Dit maakt constitutioneel eczeem een huidziekte en niet een allergische ziekte. Constitutioneel eczeem verdwijnt nooit helemaal, zelfs niet als het kind alle voedingsmiddelen zou vermijden die mogelijk tot een allergische reactie leiden. De meeste kinderen met constitutioneel hebben helemaal geen allergie. Meestal speelt voedselallergie dus geen rol bij het ontstaan van constitutioneel eczeem. In zeldzame gevallen kan voedselallergie wel een opvlamming van het eczeem uitlokken. Hierbij verergert het eczeem steeds bij blootstelling aan een bepaald voedingsmiddel en vermindert het bij vermijding van dit voedingsmiddel. Bij kinderen die een duidelijke voedselallergie hebben (bijvoorbeeld voor kippenei, koemelk of pinda's) uit de allergie zich meestal in galbulten op de huid of hevig braken, maar niet met een toename van het eczeem. Vermijding van het voedselallergeen zal hier dus geen gunstig effect op het eczeem hebben. Allergie voor huisstofmijt, kat of hond speelt meestal ook geen belangrijke rol bij constitutioneel eczeem. De behandeling van constitutioneel eczeem richt zich dan ook vooral op de huid.

Hoe wordt constitutioneel eczeem behandeld?

Constitutioneel eczeem is een hardnekkige aandoening.

Een goed behandelresultaat wordt bereikt door dagelijks 'onderhoud' van de huid. Wat bij mensen zonder constitutioneel eczeem vanzelf gaat, moet bij kinderen met constitutioneel eczeem door middel van zalftherapie gebeuren (figuur 6).

Behandeling is gericht op het doorbreken van de boven beschreven jeuk-krab-beschadiging-ontsteking-jeuk-cyclus (figuur 5). Goed onderhoud van de huid kan nieuwe opvlammingen voorkomen.



Figuur 6. Effect van zalftherapie op de eczeemhuid.

In het Meander Medisch Centrum hebben de dermatologen en kinderartsen een gezamenlijke aanpak ontwikkeld. Daarbij is het allereerst belangrijk dat u begrijpt hoe het eczeem ontstaat en wat u daaraan kunt doen. Dit is de taak van uw behandelend arts. Daarnaast kunt u zelf informatie inwinnen (zie kopje 'Informatie'). Bij de behandeling van eczeem staan drie dingen centraal, namelijk het vermijden van prikkels, het vet houden van de huid en het bestrijden van de ontsteking.

1. Het vermijden van algemene uitlokkende prikkels, zoals:

- Zeep (dit droogt de huid uit).
- Schurende kleding.
- Stevig afdrogen/ droogwrijven.

Aanvullend is het advies het kind weinig te baden (1 à 2 keer per week, beginnend met 5 minuten) en daarbij lauw water (35°C) te gebruiken. Daarbij kunnen milde zeepvervangende middelen gebruikt worden in plaats van zeep (kader II). Het kind deppend afdrogen. Geadviseerd wordt na het baden de huid altijd in te smeren met een basiszalf of vetcrème.

Andere uitlokkende factoren zijn minder gemakkelijk te vermijden, zoals ziekte, koorts en stress.

Kader II: Milde reinigingsproducten:

1. Extra Milde Badolie (Fagron)
2. Dermolin bad- en douchegeel
3. Eucerin pH5 Douche Olie
4. Lipikar Syndet (la Roche-Posay)
5. Louis Widmer Douche Gel
6. Trixéra+ reinigingsgel of bademulsie (Pierre Fabre)
7. Physiogel Shampoo (Stiefel/Bipharma)

2. Het vet houden van de droge huid

De verzorging van de droge huid vormt de basis van eczeem behandeling. Vet houden van de huid kan op twee manieren:

- Badolie toevoegen aan het badwater (kader II).
- Vette zalf gebruiken. U kunt daarvoor het best een basis-zalf gebruiken die door een arts wordt voorgeschreven of een vetcrème (kader III). Pure vaseline is minder geschikt, omdat het plakkerig en taai is. Het advies is om kinderen met constitutioneel eczeem minstens 2 keer per dag volledig in te smeren. Bij elke luierswisseling kunnen de droge plekje's nogmaals ingevet worden.

Kader III: Vetcrèmes:

1. Vaseline Carbomeer Crème (Fagron)
2. Dermolin bodymilk en/of herstellende crème
3. Eucerin pH5 Body Lotion
4. Lipikar Baume (la Roche-Posay)
5. Louis Widmer Remederm Crème Fluide
6. Trixéra+ Crème of Dexeryl Crème of Locobase Repair (Pierre Fabre)
7. Physiogel Body Lotion (Stiefel/Bipharma)

Deze crèmes worden veelal niet vergoed.

3. Het bestrijden van de ontsteking

Het is belangrijk om de voortdurende ontsteking van de huid krachtig te lijf te gaan, zodat de jeuk-krab-beschadiging-ontsteking-jeuk-cyclus wordt doorbroken. Hiervoor bestaan er ontstekingsremmende zalven die ook wel hormoonzalven worden genoemd (corticosteroidzalven). Corticosteroiden zijn hormonen die in het lichaam een belangrijke taak vervullen.

Ze worden door de bijniere geproduceerd. Corticosteroidcrèmes hebben een dubbel effect op de eczeemhuid. Ze onderdrukken niet alleen de ontsteking, maar stillen ook de jeuk. Deze middelen hebben vaak een slechte naam, omdat gezegd wordt dat ze de huid dunner kunnen maken en een invloed op de groei van het kind zouden hebben. Deze bijwerkingen kunnen optreden, maar dit gebeurt uitsluitend bij een te hoge dosering. Met goede begeleiding en bij correct gebruik zijn deze corticosteroidzalven effectief en absoluut veilig. Slecht behandeld eczeem daarentegen veroorzaakt voor het kind veel last (onder andere slaapproblemen door de jeuk, en pijn als gevolg van een kapotte huid die ook weer tot littekens kan leiden), kan de ontwikkeling en de groei verstoren en is een bron van huidinfecties.

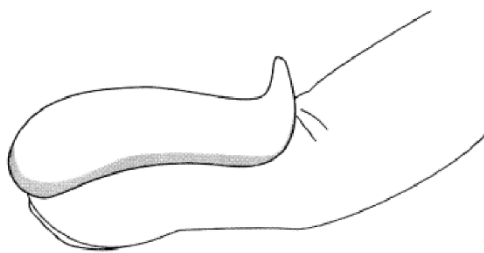
Smeerinstructie voor corticosteroidzalven

Om de huid rustig te krijgen is intensieve zalftherapie nodig. Dit betekent dat de huiddelen met eczeem gedurende één tot twee weken één- tot tweemaal daags volledig ingesmeerd moeten worden met corticosteroidzalf. Dit maakt het eczeem bijna altijd rustig. Daarna is het belangrijk het eczeem rustig te houden. Als de corticosteroidzalf in één keer gestopt wordt, komt het eczeem vaak snel weer terug. Het is daarom belangrijk om het gebruik af te bouwen. Hiervoor zijn afbouwschema's beschikbaar, deze zijn afhankelijk van de ernst van het eczeem. Een voorbeeld vindt u op:






https://www.nhg.org/sites/default/files/content/nhg_org/uploads/standaard/download/afbouwschemacorticokind_basis_2014_1.pdf

Op de momenten dat u geen corticosteroidzalf meer hoeft te smeren, kunt u vette zalf gebruiken. Zodra de huid weer rood en vurig wordt, begint u weer vooraan in het schema met de corticosteroidzalf. Het is belangrijk om niet te wachten tot het hoogtepunt van de nieuwe opvlamming, want dan loopt de behandeling achter de feiten aan. Hoe sneller u met de behandeling begint, des te minder corticosteroidcrème u hoeft te gebruiken om de huid van uw kind rustig te krijgen.

Neem als 'smeermaat' een streepje zalf/ crème met de lengte van een vingerkootje van een volwassene (figuur 7). In onderstaand schemaatje staat hoeveel streepjes zalf of crème u per keer mag uitsmeren op het kinderlichaam. Als het eczeem alleen op een deel van het lichaamsdeel zit, kunt u in verhouding minder smeren. Corticosteroidzalven bestaan in verschillende sterkten oftewel klassen. Uw arts bepaalt welke klasse het meest geschikt is voor het eczeem van uw kind.



Figuur 7. De "fingertip unit" als smeermaat (ongeveer een halve gram zalf)

							Aantal gram/week bij 1x per dag smeren
	Hoofd en hals	Arm en hand	Been en voet	Romp (voor)	Romp (achter) + billen	Hele lichaam	
Leeftijd	Aantal streepjes zalf of crème						
3-12 mnd	1	1	1½	1	1½	8½	30g
1-2 jaar	1½	1½	2	2	3	13½	50g
3-5 jaar	1½	2	3	3	3½	18	65g
6-10 jaar	2	2½	4½	3½	5	24½	85g

Andere middelen

Sinds kort zijn er nieuwe middelen geïntroduceerd die de ontstekingsreactie van het eczeem remmen en die geen corticosteroid bevatten. Deze middelen worden alleen voorgeschreven als het eczeem niet goed reageert op

corticosteroïden.

Wat moet u niet doen?

- Ga niet op zoek naar een oorzaak van het eczeem (zoals een of meerdere voedingsmiddelen), want dit is vaak een heilloze weg. Constitutioneel eczeem is vooral een huidziekte, dus behandeling van de huid staat voorop.
- Streef niet naar genezing van het eczeem, maar zorg voor passende behandeling.
- Vermijd zalven tegen de jeuk (zoals Parfenac®), want deze bevatten vaak veel menthol. Menthol werkt op een intacte huid jeukstillend, maar heeft op een eczeemhuid vaak een tegenovergesteld effect.
- Laat u niet van de wijs brengen door mensen die zeggen dat behandeling met corticosteroïdzalf ertoe zou leiden dat de allergie 'naar binnen slaat' en dat dit de kans op astma en hooikoorts zou vergroten. Hier is geen wetenschappelijk bewijs voor. Ongeveer eenderde van de kinderen met constitutioneel eczeem krijgt later astma of hooikoorts. Dit is echter onafhankelijk van de behandeling van het eczeem.
- Behandeling met homeopathische zalven is nooit bewezen.

Wat kunt u wel doen?

- Laat u goed voorlichten over de ziekte. Zie hiervoor ook onder het kopje 'Informatie'.
- Zoek een goede en passende behandeling voor uw kind. Het doel is hierbij dat het eczeem onder controle is, zodat uw kind een zo normaal mogelijk leven kan leiden.
- Gebruik alleen katoenen kleding voor het kind. Wol en synthetische stoffen kunnen irriterend werken op de huid en daardoor jeuk veroorzaken.
- Uw arts kan u speciale krabpakken of medicinale kleding voorschrijven.
- Houdt de nagels kort om schade van het krabben te beperken. Eventueel kunnen 's nachts handschoentjes gebruikt worden.
- Zorg voor een koele omgeving/ slaapkamer.

Hoe zijn de vooruitzichten?

Constitutioneel eczeem is niet te genezen, maar kan spontaan verdwijnen. Zoals hierboven beschreven kan de ziekte goed behandeld worden, waardoor de klachten beter beheersbaar zijn en mogelijk op termijn minder ernstig verlopen. De ernst van het eczeem is niet bij elk kind gelijk. 84% van de kinderen heeft mild eczeem, 14% heeft matig eczeem en slechts 2% heeft ernstig eczeem. Bij ongeveer de helft van de kinderen verdwijnt het eczeem voor de leeftijd van 4 jaar. Ongeveer 25% van de mensen blijft last houden na het 20e levensjaar, waarbij betere periodes zich afwisselen met periodes van verslechtering.

Meer informatie

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen of wilt u meer informatie, aarzel dan niet om die met uw kinderarts of dermatoloog te bespreken.

Huidinfolijn

Bereikbaar op werkdagen van 9.30 uur tot 16.30 uur op telefoonnummer 026 - 351 41 60

Vereniging voor Mensen met Constitutioneel Eczeem (VMCE)

Postbus 26

3860 AA Nijkerk

033 – 247 1 44 (9.00-17.00 uur)

www.vmce.nl

info@vmce.nl

Meander Medisch Centrum

Polikliniek Dermatologie en Polikliniek Kindergeneeskunde

Bereikbaar op werkdagen van 8.00-12.00 uur en van 13.00-16.00 uur via het algemene telefoonnummer van het

Meander Medisch Centrum: 033 - 850 50 50.

Meer informatie

www.umcutrecht.nl/subsite/eczeem-kinderen

www.huidinfo.nl/kindereczeem.html

Deze tekst is opgesteld door D.J.P.M. Stumpel, kinderarts in opleiding, onder supervisie van dermatoloog A.K. Koopmans en kinderarts M.F. van Velzen. De folder is gebaseerd op de folder van dermatoloog C. Timmer en kinderarts Prof. Dr. P. Brand, Isala Klinieken in Zwolle.