

---

## ALOPECIA AREATA

---

### WAT IS ALOPECIA AREATA?

Alopecia areata betekent pleksgewijze kaalheid. Dit is een ziekte van de haarwortels. De plekken waar de haarwortels zijn aangetast zijn in de regel rond of ovaal. In de plekken vallen (vrijwel) alle haren uit, terwijl de huid eromheen een normale haargroei toont. Het gevolg is dat er één of meer kale gebieden ontstaan. Alopecia areata kan beperkt blijven tot de hoofdhuid, maar soms ook elders op het lichaam voorkomen.

### HOE ONTSTAAT HET ALOPECIA AREATA?

De precieze oorzaak van alopecia areata is onbekend. Als oorzaak van alopecia areata wordt gedacht aan een stoornis in het afweermechanisme van het lichaam, de immuniteit. De afweer is als het ware ontspoord en richt zich niet tegen infecties van buitenaf maar tegen het eigen lichaam, in dit geval tegen de haarwortels. Men denkt dat alopecia areata van immunologische oorsprong is. Dit vermoeden wordt versterkt doordat gebleken is, dat patiënten met deze ziekte verhoudingsgewijs iets vaker lijden aan andere ziekten die gepaard gaan met stoornissen in het afweersysteem. Dit kunnen sommige schildklierziekten, vitiligo (witte plekken op de huid), of bepaalde vormen van bloedarmoede zijn. Daarnaast spelen erfelijke factoren mogelijk een rol. Of spanningen en teveel stress alopecia areata kunnen uitlokken of verergeren is niet bekend. Waarschijnlijk spelen deze factoren slechts een ondergeschikte rol.

### WAT ZIJN DE VERSCHIJNSELEN?

Alopecia areata treedt meestal plotseling op. Dikwijls merkt degene die het betreft zelf niets van de haaruitval, maar worden de kale plekken ontdekt door de kapper, familieleden of vrienden. In ernstige gevallen kan het haar met grote plukken uitvallen.

De kale plekken blijven meestal beperkt tot de behaarde hoofdhuid. In principe kunnen zij echter ontstaan in alle lichaamsgebieden waar haren groeien, zoals wenkbrauwen, baardstreek, oksels en schaamstreek. Ook komt het voor dat het haar niet pleksgewijs uitvalt, maar gelijkmatig verspreid over de gehele hoofdhuid. In zeldzame gevallen valt al het hoofdhaar of al het lichaamshaar uit.



Het verloop van alopecia areata is erg onvoorspelbaar. In de meeste gevallen treedt spontaan een herstel van de haargroei op binnen enkele maanden tot jaren. De haren die terugkomen zijn soms wit, maar na verloop van tijd herstelt zich de normale haarkleur. In sommige gevallen treedt geen volledige genezing op. Ook komt het voor dat de haargroei zich in de oorspronkelijke plekken herstelt, maar dat vervolgens ergens anders opnieuw kale plekken ontstaan. Het is mogelijk dat de aandoening volledig verdwijnt en na jaren weer terugkomt.

Bij alopecia areata kan misvorming van de nagels optreden.

Alopecia areata tast de lichamelijke gezondheid niet aan. Kaalheid kan echter nadelige psychische gevolgen hebben, waardoor het leggen van sociale contacten ernstig wordt bemoeilijkt.

### HOE WORDT DE DIAGNOSE GESTELD?

Als het haarverlies wordt gekenmerkt door scherp omschreven kale plekken op de hoofdhuid is de diagnose eenvoudig te stellen. Ingewikkelder wordt het als de haaruitval gelijkmatig verspreid optreedt. Soms is aanvullend onderzoek van de haarwortels en/of huidweefsel noodzakelijk om andere haarziekten uit te sluiten.

## WAT IS DE BESTE BEHANDELING?

In de meeste gevallen herstelt de haargroei spontaan binnen enkele maanden tot jaren. Dit betekent dat eigenlijk altijd het natuurlijke beloop zou kunnen worden afgewacht. Voor veel mensen is alopecia areata echter een beangstigende aandoening en is het moeilijk een afwachtende houding aan te nemen. Om het herstel van de haargroei te bespoedigen, kunnen de volgende behandelingsmethoden worden overwogen:

### Corticosteroïden

Dit zijn hormonen die het lichaam ook zelf aanmaakt. Corticosteroïden beïnvloeden het afweersysteem. Door behandeling met corticosteroïden wordt geprobeerd de abnormale afweerreactie in de kale plekken te onderdrukken. De behandeling met corticosteroïden is niet altijd succesvol. De behandeling is het meest effectief indien het corticosteroïd in de kale plekken wordt ingespoten. Dat kan worden gedaan met een injectienaald of met een soort hogedrukspuit (dermojet). De behandeling met de dermojet is niet erg pijnlijk. Deze behandeling wordt alleen toegepast bij kleine kale plekken. Enkele weken na de behandeling beginnen de haren vaak weer te groeien. Het kan nodig zijn deze behandeling enkele malen te herhalen. Als gevolg van deze behandeling kan de huid plaatselijk dunner worden, maar dat herstelt zich meestal na enige tijd.

Men kan corticosteroïden ook als zalf, crème of lotion op de huid aanbrengen, maar deze behandeling is weinig werkzaam. (Zie ook de folder "Corticosteroïden voor de huid").

Bij uitgebreide alopecia areata worden soms corticosteroïden in de vorm van tabletten in hoge dosering toegediend, maar de effectiviteit hiervan is nooit overtuigend aangetoond.

### Lichttherapie

De combinatie van lichttherapie met een geneesmiddel dat de huid gevoeliger maakt voor ultraviolet licht (PUVA) kan bij uitgebreide kaalheid op het hoofd soms goede resultaten opleveren. Wanneer de haargroei zich echter heeft hersteld, kan het licht niet meer tot de huid doordringen en valt het haar meestal weer uit. Langdurige toepassing van deze vorm van lichttherapie is schadelijk voor de huid.

### Plaatselijke immuuntherapie

In ernstige gevallen kan plaatselijke immuuntherapie worden toegepast. De patiënt wordt eerst overgevoelig (allergisch) gemaakt voor een bepaalde stof, meestal difencypron. Daarna worden de kale plekken wekelijks ingesmeerd met een langzaam toenemende concentratie van de desbetreffende stof, zodat ter plaatse een gering allergisch eczeem ontstaat. Door deze allergische reactie worden de haarwortels als het ware gestimuleerd, waardoor de haargroei bij een aantal patiënten terugkomt. De bijwerkingen zijn jeuk, gezwollen lymfeklieren in de hals en soms pigmentafwijkingen. Er kunnen zowel donker gepigmenteerde vlekken ontstaan als ongepigmenteerde vlekken. Plaatselijke immuuntherapie wordt niet door alle dermatologen toegepast. Vanwege de strenge ARBO wetgeving is het in veel ziekenhuizen verboden om te werken met difencypron.

## WAT KAN MEN ZELF NOG DOEN?

### Camouflage

Als sprake is van uitgebreide kaalheid kan de aanschaf van een pruik of haarstukje worden overwogen. De zorgverzekeraars hanteren hiervoor een vergoedingsregeling.

### Dieet

Dieetmaatregelen en vitaminepreparaten zijn niet zinvol. De haargroei is hierdoor niet te beïnvloeden.

## WAT ZIJN DE VOORUITZICHTEN?

Meestal herstelt de alopecia areata volledig als het gaat om kleine kale plekken. Bij uitgebreide alopecia areata, waarbij bijvoorbeeld alle hoofdhaar of alle lichaamsbehaarung is verdwenen, zijn de vooruitzichten ongunstig. Het beloop van de ziekte wordt verder ongunstig beïnvloed als de aandoening in de jeugd is ontstaan, als andere immunologische ziekten aanwezig zijn of in de familie voorkomen en als sprake is van een aanleg voor eczeem, astma of hooikoorts.

In hoeverre alopecia areata erfelijk is, is niet bekend. Wel blijkt de haarziekte bij zo'n 10% van de patiënten in de familie voor te komen. Een zekere aanleg is dus waarschijnlijk wel aanwezig. Bij een aantal patiënten zal de haaruitval blijvend zijn.

### Patiëntenvereniging

Er is een patiëntenvereniging voor patiënten met alopecia areata en andere vormen van kaalheid:

[www.alopecia-vereniging.nl](http://www.alopecia-vereniging.nl).

