
SEBORROISCH ECZEEM

WAT IS SEBORROISCH ECZEEM ?

Seborroisch eczeem is een milde vorm van eczeem waarbij jeuk, roodheid en schilfertjes ontstaan in het gezicht, vooral in de wenkbrauwen en in de plooien naast de neus. Dat zijn de meest voorkomende plekken waar het zit, maar het kan ook achter de oren zitten, of langs de haargrens. Soms is er uitbreiding naar de plooien (navel, onder de borsten, buikplooï, liezen, bilspleet, en rond de anus), en het kan ook rond de wimpers zitten. Er worden verschillende namen gebruikt voor seborroisch eczeem, zoals *seborrhoisch eczeem*, *eczema seborrhoicum*, en in het Engels *seborrhoic dermatitis* of *seborrhoic eczema*.



Seborroisch eczeem op de klassieke voorkeursplekken: de plooien naast de neus en de wenkbrauwen.

BIJ WIE KOMT SEBORROISCH ECZEEM VOOR ?

Seborroisch eczeem komt vaak voor. Naar schatting bij 5% van de bevolking. Het komt vaker voor bij mannen dan bij vrouwen. Het kan een hinderlijke, jeukende, en soms ontsierende huidziekte zijn, maar het is verder onschuldig. Het ontstaat bij kerngezonde personen, er is geen relatie met onderliggende ziekten, en het is niet besmettelijk. Het begint rond de puberteit, en is het meest actief op jong volwassen leeftijd.

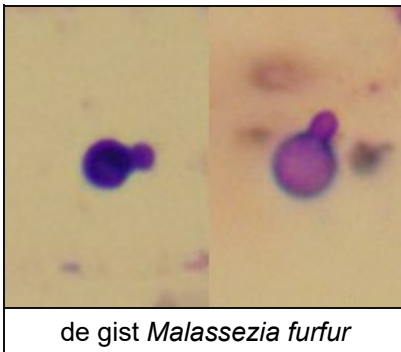
Het komt en gaat, soms is het helemaal weg. Onder bepaalde omstandigheden steekt het weer de kop op. In de kindergaren komt het vrijwel niet voor. Bij pasgeboren baby's kan het wel voorkomen, maar dan wordt het 'berg' genoemd, en ziet het er anders uit, namelijk als gelige korstjes boven op het hoofd.

Het eczeem is goed te behandelen met eenvoudige middelen (crèmes en zalven), maar na stoppen van de behandeling kan het weer terugkomen, net als hoofdroos.

HOE ONTSTAAT SEBORROISCH ECZEEM ?

Het is niet helemaal zeker, maar men neemt nu aan dat seborroisch eczeem bij volwassenen veroorzaakt wordt door irritatie van de huid door een gist die op de huid leeft. De gist (een soort schimmel) waar het om gaat heet *Pityrosporum ovale* maar wordt ook wel *Malassezia furfur* genoemd. Deze gist komt bij iedereen voor op de huid, en leeft van de vetten die altijd op de huid aanwezig zijn. Mensen met een vette huid hebben waarschijnlijk meer van deze gisten op de huid dan mensen zonder vette huid. Het kan ook zijn dat de samenstelling van het vetlaagje verschilt tussen personen. Dat zou een verklaring kunnen zijn voor het feit dat seborroisch eczeem in bepaalde families meer voorkomt. Het is ook mogelijk dat de hoeveelheid gisten niet verschilt, maar dat de ene persoon er heftiger op reageert dan de andere. Emotionele spanningen kunnen seborroisch eczeem verergeren, evenals lage temperaturen in de herfst en winter en droge lucht in centraal verwarmde ruimten. Soms verergert het bij iemand die een tijdje in een ziekenhuis moet worden opgenomen.

De gist *Malassezia* die op de huid leeft kan ook nog andere problemen veroorzaken. Bij sommigen raakt de hoofdhuid er door geïrriteerd en ontstaat daar roodheid en schilfering, oftewel: **roos**. Roos is eigenlijk een vorm van seborroisch eczeem van de hoofdhuid. Beide aandoeningen, hoofdroos en seborroisch eczeem in het gezicht of elders op het lichaam kunnen gelijktijdig voorkomen. Aanwezigheid van teveel van dezelfde gisten op de romp kunnen zoveel irritatie geven dat er kleurverschillen door ontstaan: lichtere plekken afgewisseld met donkere plekken. Dit heet **pityriasis versicolor**. Ook kunnen de gisten de haarzakjes irriteren en een soort kleine puistjes veroorzaken. Dit komt vooral voor op de rug, het kan ook hevig jeuken, en het wordt **pityrosporon folliculitis** genoemd. Deze *Malassezia* gist kan dus verschillende problemen veroorzaken, bij personen die er gevoelig voor zijn.



WAT ZIJN DE VERSCHIJNSELEN ?

Bij het klassieke seborroïsch eczeem bij volwassenen is er roodheid, jeuk en schilfering op de bovengenoemde voorkeurplaatsen. De schilfertjes zijn vaak wat gelig van kleur en kunnen er daardoor vettig uitzien. Elke huid produceert talg (vet), dit komt uit de talgklieren, en elke huid schilfert. De huid vernieuwt zich constant, waarbij de bovenste huidlaag steeds loslaat in de vorm van een schilfertje. Bij veel vetproductie ontstaat er een mix van talg en schilfertjes op de huid. Dit wordt seborroe genoemd. Bij pasgeboren kan dit een hele dikke laag worden, bovenop het hoofd, die er lastig af te krijgen is (berg).

Bij roos, een variant van seborroïsch eczeem zitten de schilfertjes op het behaarde hoofd, of langs de haargrens, of achter de oren. De hoofdhuid kan soms met dikke schilfers bedekt worden. Die schilfers zitten vaak vast rond de haren, en met het verlies van schilfers kunnen ook haren verloren gaan. Dit herstelt zich meestal weer, er groeien nieuwe haren voor terug. Zie verder onder hoofdroos.

HOE WORDT DE DIAGNOSE GESTELD ?

Meestal zijn de verschijnselen van seborroïsch eczeem zo duidelijk dat de huidarts op het oog de diagnose kan stellen. Alleen bij twijfel wordt nader onderzoek gedaan. Dit kan zijn het onderzoeken van wat huidschilfertjes onder de microscoop, of een allergietest als er aan andere vormen van eczeem wordt gedacht zoals allergisch contacteczeem, of atopisch eczeem. Een enkele keer (zelden) is het nodig om een stukje huid weg te nemen onder lokale verdoving (een huidbiopt) voor nader onderzoek.

WAT ZIJN DE BEHANDELMOGELIJKHEDEN ?

De behandeling is gericht op het verminderen van het aantal gisten op de huid en het dempen van de ontstekingsreactie. Gisten en schimmels kan men bestrijden met anti-schimmel middelen, en die zijn beschikbaar in de vorm van crèmes die op de huid worden gesmeerd, of tabletten die van binnenuit werken. De ontsteking wordt geremd met ontstekingsremmende crèmes (lokale corticosteroïd crèmes). Vaak worden beide behandelingen gecombineerd in 1 crème. Ook lichttherapie kan worden toegepast als ontstekingsremmende behandeling. Al deze behandelingen onderdrukken de symptomen, de huid wordt er rustig door, maar bij het stoppen van de behandeling kan het eczeem weer terugkomen. Als dat gebeurt moet de behandeling weer worden hervat.

Ketoconazol

Ketoconazol is een middel tegen gisten en schimmels. Het wordt gebruikt in de vorm van crèmes, er bestaat ook een shampoo voor het behaarde hoofd, voor hoofdroos. Het kan gebruikt worden in pure vorm (ketoconazol 2% crème) of in combinatie met een lokale corticosteroïd crème (ketoconazol 2% in hydrocortison crème of in triamcinolon crème).

Lokale corticosteroïden

Met lokale corticosteroïden wordt bedoeld crèmes of zalven die een corticosteroïd bevatten. Corticosteroïden zijn ontstekingsremmende stoffen. Het zijn stoffen die qua samenstelling lijken op het ontstekingsremmende bijnierschors hormoon (cortisol) dat in het lichaam wordt aangemaakt. Corticosteroïden worden heel veel gebruikt voor allerlei huidziekten zoals eczeem en psoriasis. Ze bestaan in verschillende sterkten, ingedeeld in klasse 1,2, 3 en 4. Voor de behandeling van seborroïsch eczeem is de lichtste klasse (klasse 1, hydrocortison crème) meestal al genoeg. Als dat onvoldoende helpt kan een klasse 2 corticosteroïd (bijvoorbeeld triamcinolon crème) worden gebruikt. Deze corticosteroïd crèmes kunnen worden gecombineerd met een anti-gist middel zoals ketoconazol. Meestal is het genoeg om 1 keer per dag het gezicht in te smeren. Als het goed gaat kan het aantal keer smeren worden teruggebracht naar 2 tot 4 keer per week.

Het is de bedoeling om zo vaak te smeren dat het seborroïsch eczeem net weg blijft. Te veel en te vaak smeren is ook weer niet goed. Corticosteroïd crèmes kunnen bijwerkingen hebben, maar dat gebeurt vooral als er teveel van wordt gebruikt, of als een te sterk middel wordt gebruikt. Als u het volgens bovenstaande adviezen gebruikt is het veilig, ook bij langdurig gebruik. Onthoud dit, want er worden veel onzin- en paniekverhalen verteld over de corticosteroïd crèmes en zalven.

Behandeling met tabletten.

Bij zeer uitgebreide vormen van seborroïsch eczeem kunnen anti-gist tabletten worden voorgeschreven die de Malassezia gist van binnen uit doden. Het komt niet vaak voor dat dit nodig is. Voorbeelden van dit soort tabletten zijn itraconazol of fluconazol.

Anti-roos shampoos

Roos is ook een vorm van seborroïsch eczeem, en is soms gelijktijdig aanwezig bij personen met seborroïsch eczeem in het gelaat. Hoofdroos kan goed worden behandeld met anti-roos shampoos die seleniumsulfide of zinkpyrithion bevatten. Ook shampoos met ketoconazol of met teer worden gebruikt. Zie verder onder hoofdroos.

Zwavel, teer, en salicylzuur

Dit zijn wat oudere producten, uit het tijdperk voordat er anti-gist middelen waren. Toch worden ze nog steeds af en toe gebruikt. Teer wordt gebruikt in anti-roos shampoos, en heeft een ontstekingsremmende werking. Zwavel heeft een remmend effect op de groei van schimmels en bacteriën. Het nadeel van teer en zwavel is dat ze vlekken kunnen geven. Salicylzuur wordt toegevoegd aan lotions voor het behaarde hoofd, als er veel schilfers op zitten. Salicylzuur weekt de schilfers los, waardoor de behandeling veel beter lukt.

Lichttherapie

De zon heeft een gunstig effect op veel huidziekten, en ook op seborroïsch eczeem. Daarom hebben seborroïsch eczeem patiënten zomers vaak minder last. Dit kan worden nagebootst met lichttherapie (ultraviolet licht, UVB-lampen). Het komt zelden voor dat dit nodig is, alleen in ernstige gevallen die niet reageren op de normale behandelingen. Lichttherapie wordt gegeven in het ziekenhuis, twee of drie keer per week.

WAT KUNT U ZELF NOG DOEN ?

Roos verbetert vaak al door regelmatig het haar te wassen met een eenvoudige anti-roos shampoo die bij de supermarkt verkrijgbaar is. Zorg verder voor een goede hygiëne. Voor de plooien (oksels, buikplooï, navel, onder de borsten, liezen, bilspleet) is het van belang dat na de dagelijkse douche de huid goed wordt afgedroogd.

WAT ZIJN DE VOORUITZICHTEN ?

Seborroïsch eczeem een chronische aandoening. Het is goed te onderdrukken, maar na het stoppen van de behandeling kan het eczeem weer verergeren of terugkomen. Aan de andere kant het ook spontaan maanden of jaren rustig zijn.