
SPROETEN

WAT ZIJN SPROETEN ?

Sproeten zijn goedaardige lichtbruine tot donkerbruine vlekjes, meestal in het gezicht of op zonbeschenen plekken, die ontstaan onder invloed van **zonlicht**. Ze ontstaan vooral bij personen met een licht huidtype, wat vaak samengaat met het hebben van **blond haar** of **rood haar**. Het begint al op de kinderleeftijd, vanaf het moment dat kinderen buiten gaan spelen. Sproeten ontstaan omdat de pigmentcellen in de huid als reactie op zonlicht pigment beginnen aan te maken. Sproeten ontstaan daarom vooral in de zomer, en in de winter trekken ze weer weg. Sproeten kunnen familiair voorkomen. Dat heeft natuurlijk ook te maken met huidtype en haarkleur, maar er zijn families die heel veel sproeten hebben. De medische naam voor sproeten is **efeliden** of epheliden en in het Engels heten het **freckles**.



ZIJN SPROETEN GEVAARLIJK ?

Sproeten zijn niet gevaarlijk, het zijn goedaardige pigmentvlekjes, en ze kunnen niet overgaan in huidkanker. Wel is het hebben van veel sproeten een teken dat de huid veel aan zon is blootgesteld, en het is de vraag of dat wel zo verstandig is als je een licht huidtype met blond of rood haar hebt. Want bij een licht huidtype kun je makkelijk verbranden en zonneshade oplopen. Met als gevolg veroudering van de huid en kans op huidkanker op latere leeftijd. Sproeten kunnen voorkomen door de huid goed te beschermen tegen de zon (insmeren met zonnebrandcrèmes). Vooral bij kinderen is dat verstandig. Tegenwoordig doet men wat minder paniekerig over de schadelijke effecten van de zon, zonlicht heeft ook vele positieve effecten. Waar het om gaat is dat men moet proberen om niet te verbranden.

Als er extreem veel pigmentvlekjes zijn, over het hele lichaam, dan kan het ook zijn dat het geen sproeten zijn maar **lentigines**. Lentigines zijn een andere soort pigmentvlekken, ze ontstaan vaak op latere leeftijd en ze kunnen familiair voorkomen of onderdeel zijn van een syndroom met pigmentafwijkingen.

WAT IS HET VERSCHIL TUSSEN SPROETEN (EPHELIDEN), LENTIGINES EN MOEDERVLEKKEN ?

Soms zijn die huidafwijkingen moeilijk van elkaar te onderscheiden, een bruin vlekje kan zowel een **sproet**, een **lentigo** of een **moedervlek** zijn. Onder de microscoop zijn de verschillen wel te zien. Bij een sproet is het aantal pigmentcellen in de huid normaal, ze maken alleen meer pigment aan. Bij een lentigo (meervoud lentigines) zijn er meer pigmentcellen en ze bevatten ook meer en grotere pigmentkorrels. De pigmentcellen liggen wel op hun normale plaats, gelijkmatig verdeeld over de onderste laag van de opperhuid. En bij een moedervlek zijn er meer pigmentcellen, en ze liggen ongelijkmatig verdeeld in klontjes onder de huid.

Sproeten zitten vaak in het gelaat en zijn makkelijk te herkennen, de meeste mensen weten wel hoe sproeten er uit zien. Ze worden donkerder in de zon en lichter in de winter.

Lentigines zijn bruine vlekjes die ook toenemen onder invloed van zonlicht, in de loop van het leven komen er steeds meer, maar ze trekken niet weg. De variant met meerdere kleine pigmentvlekken die vanaf de puberteit toenemen wordt **lentigo simplex** genoemd. Er bestaat ook een variant waarbij er op oudere leeftijd (> 50 jaar) één bruine vlek ontstaat, meestal in het gezicht of op de handrug, en dat wordt **lentigo solaris of lentigo senilis** (ouderdomsvlek, leverschade) genoemd.

Moedervlekken nemen ook toe met het ouder worden en ze kunnen alle kleuren hebben van huidkleurig tot zwart, en diverse maten, en ze zijn vaak ook verheven of bolrond. Maar een moedervlek kan ook alleen een lichtbruine vlek zijn en is dan op het oog niet te onderscheiden van een lentigo of sproet.



HOE WORDT DE DIAGNOSE GESTELD ?

De diagnose wordt gesteld op het klinisch beeld. Het is niet nodig om een huidbiopsie af te nemen.

HOE WORDEN SPROETEN BEHANDELD ?

Sproeten hoeven niet te worden behandeld, want het gaat niet om een huidziekte of een afwijking, maar om een natuurlijk fenomeen, een tijdelijke reactie van de huid op blootstelling aan zonlicht. Sproeten worden meestal ook niet als een probleem gezien, maar horen nu eenmaal bij blond- en roodharigen. Ze worden eerder beschouwd als een beauty sign (één van de klassieke 7 schoonheden van de vrouw). Eventueel kan men de huid beschermen tegen de zon met goede zonnebrandcrèmes, of de volle zon mijden. Bij zeer veel sproeten die als storend worden ervaren kan eventueel worden behandeld met een pigment laser. Camoufleren kan ook.

