

Acne vulgaris

Berg Clinic

Wat is acne vulgaris?

Acne vulgaris is een veelvoorkomende huidaandoening die zich uit in puistjes, mee-eters en ontstekingen. Het komt vooral voor bij jongeren in de puberteit, maar kan ook bij volwassenen voorkomen. Acne ontstaat door verstopping en ontsteking van de talgklieren in de huid.

- De belangrijkste klachten en verschijnselen zijn:
- Mee-eters (comedonen: open en gesloten)
- Rode bultjes (papels)
- Pustels (puistjes met pus)
- Cysten (diepere ontstekingen)
- Vette huid
- Soms littekens

Hoe ontstaat acne vulgaris?

Acne ontstaat door een combinatie van factoren, waaronder:

- Verhoogde talgproductie door hormonale veranderingen
- Verstopping van de poriën door dode huidcellen en talg
- Bacteriële groei (*Cutibacterium acnes*) die ontstekingen veroorzaakt
- Hormonale invloeden, vooral bij pubers, vrouwen met hormonale schommelingen of tijdens zwangerschap

Factoren die acne kunnen verergeren:

- Gebruik van bepaalde cosmetica en huidverzorgingsproducten
- Stress en hormonale schommelingen
- Voeding (bijvoorbeeld zuivel en suikerrijke voeding kunnen invloed hebben)
- Medicatie zoals corticosteroiden en anabole steroiden

Welke klachten geeft acne en hoe ziet het eruit?

Acne vulgaris komt het vaakst voor op het gezicht, de rug, borst en schouders. De klachten variëren van lichte mee-eters tot ernstige ontstekingen en cysten die littekens kunnen veroorzaken.

Is acne vulgaris besmettelijk?

Nee, acne is niet besmettelijk.

Hoe weet uw huidtherapeut of u acne vulgaris heeft?

Uw huidtherapeut of arts kan acne meestal vaststellen op basis van uw huidbeeld en klachten. In sommige gevallen kan aanvullend onderzoek nodig zijn, zoals een hormonale analyse bij vrouwen met hormonale acne.

Welke behandelingen zijn er voor acne?

Acne is goed te behandelen, maar kan soms hardnekkig zijn. Behandelopties zijn afhankelijk van de ernst van de acne.

1. Behandeling met crèmes en gels

- Benzoylperoxide (werkt ontstekingsremmend en opent poriën)
- Retinoïden zoals tretinoïne (vernieuwt huidcellen en voorkomt verstoppingen)
- Antibiotische gels (zoals clindamycine of erytromycine) bij ontstekingsacne
- Azelaïnezuur (werkt tegen ontsteking en pigmentvlekken)

2. Behandeling met tabletten

- Antibiotica (doxycycline, minocycline) bij matige tot ernstige acne
- Orale anticonceptie voor hormonale acne bij vrouwen
- Isotretinoïne (Roaccutane) bij ernstige, therapieresistente acne (alleen onder strikte controle van een arts)

3. Huidtherapeutische behandelingen

- Dieptereiniging van de huid en verwijderen van mee-eters
- Chemische peelings met salicylzuur of glycolzuur
- Laser- en lichttherapie om ontstekingen en littekens te verminderen

Is acne te genezen of blijft u er altijd last van houden?

Acne kan langdurig aanwezig zijn, maar is goed te behandelen. Na succesvolle behandeling kan onderhoudstherapie nodig zijn om nieuwe opvlammingen te voorkomen.

Wat kunt u zelf doen?

1. Huidverzorging

- Gebruik milde, niet-uitdrogende reinigers en olievrije moisturizers
- Vermijd agressieve scrubs en alcoholhoudende producten
- Gebruik dagelijks een olie-vrije zonnebrandcrème (SPF 30 of hoger)

2. Vermijden van triggers

- Let op voeding: suiker en zuivel kunnen acne verergeren
- Vermijd vette crèmes en make-up die de poriën verstopten
- Beperk stress en zorg voor voldoende slaap

Heeft u hulp nodig bij de verzorging van uw acne? Onze huidtherapeuten kunnen u adviseren over de beste behandel mogelijkheden. Neem contact op met Berg Clinic voor een consult.

* De informatie in deze brochure is uitsluitend bedoeld voor algemene informatieve doeleinden en vormt geen medisch advies. Hoewel wij streven naar accurate en actuele informatie, kunnen wij niet garanderen dat alle verstrekte gegevens volledig, juist of up-to-date zijn.

* Daarnaast bieden wij niet alle behandelopties aan. Wij raden patiënten aan om een Berg Clinic of uw huisarts te raadplegen voor persoonlijk advies, diagnose en behandelopties die het beste aansluiten bij uw specifieke situatie.

* Wij aanvaarden geen aansprakelijkheid voor eventuele schade of gevolgen die voortvloeien uit het gebruik van de informatie op deze brochure. Indien u vragen heeft over uw gezondheid, neem dan altijd contact op met uw arts of huidtherapeut.