

### Wat is actinische keratosen?

Actinische keratosen zijn plekje op de huid die ontstaan door schade van zonlicht. Ze komen vooral voor op delen van het lichaam die vaak in de zon zijn geweest, zoals het gezicht, de kale hoofdhuid en handruggen. Patiënten met actinische keratosen hebben een verhoogd risico op het ontwikkelen van huidkanker.

### Hoe ziet actinische keratosen eruit?

Actinische keratosen zien er gewoonlijk uit als ruwe plekjes op de huid. De kleur is meestal huidkleurig tot rood of bruin. De grootte kan wisselen van enkele millimeters tot enkele centimeters.

De plekjes zitten vooral op aan de zon blootgestelde lichaamsdelen; het gezicht, de (kale) hoofdhuid, handruggen, onderarmen, scheenbenen en decolleté. In het begin zijn de plekjes beter te voelen dan te zien. Mensen met actinische keratosen geven vaak aan dat op dezelfde plek steeds opnieuw harde schilfers ontstaan. Soms zijn de plekjes gevoelig als ze aangeraakt worden. Vaak zijn er meerdere plekjes te zien.

### Hoe krijgt u actinische keratosen?

U krijgt actinische keratosen door (overmatige) blootstelling aan de zon of de zonnebank. Naast de hoeveelheid zon die u heeft gehad, is het ook van belang wat voor type huid u heeft. Iemand met een lichte huid (blond/ rood haar en blauwe ogen) heeft meer kans op actinische keratosen dan iemand met een donkere huid en donker haar. Hoe ouder u bent, hoe meer kans u heeft op het krijgen van actinische keratosen. Tot 80% van de mensen boven de 60 jaar met een lichte huid heeft actinische keratosen.

### Hoe weet de huidtherapeut dat u actinische keratosen heeft?

De huidtherapeut kan aan de plekjes op uw huid zien of u actinische keratosen heeft. Soms wil de huidtherapeut zeker weten of er geen sprake is van een andere ziekte van de huid. Dan kan de huidtherapeut u naar de huisarts sturen voor een second opinion. De huisarts kan indien nodig klein stukje huid wegnemen (biopt) om dit te laten onderzoeken. Voor het wegnemen wordt uw huid plaatselijk verdoofd.

### Moet u behandeld worden voor actinische keratosen?

Actinische keratosen worden normaal gesproken wel behandeld. Het kan voorkomen dat u samen met uw huidtherapeut besluit om de actinische keratosen niet te behandelen. Dit kan optreden wanneer u slechts weinig actinische keratosen heeft en deze ook zelf goed in de gaten kunt houden.

Er zijn wel redenen om actinische keratosen te behandelen; u heeft er last van, sommige mensen krijgen jeuk of een geïrriteerd gevoel. Anderen hebben er cosmetische klachten van. U heeft veel actinische keratosen. Het hebben van actinische keratosen (en ook van andere tekenen van een zonbeschadigde huid zoals pigmentvlekken en diepe rimpels) is verbonden aan een hoger risico op huidkanker. Naar verwachting wordt door behandeling van de actinische keratosen het risico op ontwikkeling van huidkanker verlaagd. Daarnaast kan huidkanker beter te herkennen zijn als de actinische keratosen behandeld zijn.

## Welke behandelingen van actinische keratosen zijn er?

Er zijn verschillende behandelmogelijkheden zoals stikstof (bevrozen van de cellen), curretage en elektrocoagulatie, Efudix crème die de celgroei afremt, Aldara crème die het immuunsysteem activeert, conventionele fotodynamische therapie (PDT), lasertherapie die cellen verdampt en chemische peeling die lagen van de huid af laat schilferen met een chemische stof.

## Wat kunt u zelf doen?

- Bescherm uw huid tegen de zon door bij actieve zonblootstelling elke twee uur opnieuw een hoge zonbeschermingsfactor aan te brengen. Vermijd blootstelling in de warmste tijd van de dag en draag uv-werende kleding, bijvoorbeeld een hoed of pet.
- Maak geen gebruik van een zonnebank en ga niet overmatig zonnen.
- Houd zelf uw huid goed in de gaten.

Wanneer moet u naar uw huisarts of dermatoloog: als een bestaande actinische keratose plek groter, dikker en/of pijnlijker wordt. Als u een (rood) bultje krijgt dat blijft groeien. Als u een niet genezend wondje heeft. Goed om te weten: goedaardige plekjes horen na 6 tot 8 weken vanzelf over te gaan.

## Hoe groot is het risico op het krijgen van huidkanker?

Soms kan er in een gebied van actinische keratosen huidkanker ontstaan. Meestal betreft dit een plaveiselcelcarcinoom. Deze vorm van huidkanker is meestal dikker en pijnlijker dan een actinische keratose en kan roder zijn, opengaan of bloeden. Daarnaast komen ook basaalcarcinomen voor.

Bij minder dan vijf actinische keratosen is het risico op ontstaan van een plaveiselcelcarcinoom ongeveer 1%, terwijl bij meer dan twintig actinische keratosen dit risico 20% is.

\* 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.