

Littekens

Berg Clinic

Wat is een litteken?

Littekens zijn de natuurlijke uitkomst van het genezingsproces van de huid na een verwonding, snijwond, operatie, acne of andere vorm van huidbeschadiging. Ze ontstaan wanneer de huid zichzelf herstelt door collageenvezels te produceren om het beschadigde gebied te verbinden. Littekens variëren in grootte, vorm, kleur en textuur en kunnen van persoon tot persoon verschillen.

Welke soorten littekens zijn er?

- **Normale littekens:** Deze littekens zijn plat en hebben een gelijkmatige textuur. Ze kunnen lichter of donkerder zijn dan de omliggende huid, afhankelijk van de hoeveelheid pigment in de huid.
- **Hypertrofische littekens:** Deze littekens zijn dikker en groter dan normale littekens en kunnen soms pijnlijk zijn of jeuken. Ze blijven binnen de grenzen van de oorspronkelijke wond.
- **Keloïdale littekens:** Keloïdale littekens zijn dikker, groter en hebben de neiging om buiten de grenzen van de oorspronkelijke wond te groeien. Ze kunnen jeuken, pijnlijk zijn en esthetisch onaantrekkelijk zijn.
- **Atrofische littekens:** Een litteken type dat ontstaat wanneer er te weinig collageen wordt geproduceerd tijdens het genezingsproces van een wond. Dit resulteert in een dun, ingetrokken litteken dat lager ligt dan het omliggende huidoppervlak. Ze kunnen optreden na acne, waterpokken, groeispuur en na chirurgische ingrepen.

Moet een litteken behandeld worden?

Een litteken hoeft doorgaans niet behandeld te worden, maar een patiënt kan vanwege redenen behandeling overwegen:

- **Mobiliteitsbeperking:** wanneer een litteken op een locatie zit wat de beweegbaarheid van extremiteiten bijvoorbeeld beperkt, kan behandeling worden toegepast die zich richt op het oprekken van het litteken zodat de mobiliteit hersteld.
- **Cosmetisch storend:** wanneer littekens cosmetisch storend zijn kan behandeling worden overwogen waarbij het doel zich richt op het minder zichtbaar maken van het litteken; corrigeren van kleurverschillen en/of textuur egaliseren.
- **Pijn/jeuk klachten:** constant pijn of jeuk door een litteken kan het algemeen dagelijks leven behoorlijk beïnvloeden. Behandelen van littekens om deze klachten te verminderen kunnen verlichting bieden.
- **Verminking:** als er sprake is van verminking kan behandeling cosmetisch verbetering geven.

Welke behandelingen voor littekens zijn er?

Het behandelen van littekens kan nooit een litteken volledig verwijderen. Wel kunnen klachten verminderen en kan het uiterlijk aanzienlijk verbeteren. Behandelingen die u kunt overwegen zijn;

- **Huidverzorging:** Het dagelijks gebruiken van moisturizers en zonnebrandcrèmes kan helpen om de huid gehydrateerd en beschermd te houden, waardoor littekens minder opvallen.
- **Littekencremes en gels:** Er zijn verschillende over-the-counter producten en voorgeschreven crèmes en gels beschikbaar die kunnen helpen bij het verminderen van littekenweefsel. Deze producten bevatten vaak ingrediënten zoals vitamine E, siliconen en ui-extract, die de huidtextuur kunnen verbeteren en de kleur van het litteken kunnen vervagen.
- **Dermabrasie/microneedling:** Dit is een procedure waarbij de bovenste laag van de huid wordt verwijderd met behulp van een dermabrasie apparaat of er worden microkanaaltjes in de huid gemaakt met behulp van een oscillerende naaldmachine, waardoor de textuur van een litteken kan worden verbeterd, doorbloeding gestimuleerd wordt en collageen stimulatie optreedt.

- Chemische peelings: Bij deze procedure wordt een chemische oplossing op de huid aangebracht, waardoor de bovenste laag van de huid wordt verwijderd en nieuwe, gezondere huidcellen worden gestimuleerd om te groeien.
- Lasertherapie: Laserbehandeling kan worden gebruikt om de kleur, textuur en omvang van littekens te verbeteren door gerichte laserenergie op het weefsel los te laten. Voorbeelden zijn vasculaire lasers bij roodheid in een litteken, ablatieve lasers voor het afvlakken van textuurverschillen en collageen stimulerende lasers om ingevallen littekens meer volume te geven en littekens te doen krimpen.
- Camouflagetherapie: met behulp van medische make-up kan een litteken tijdelijk gecamoufleerd worden.
- Littekenmassage: specifieke massagetechnieken kunnen klachten van littekens zoals een trekkerig gevoel of bewegingsbeperking verminderen en de structuur flexibeler maken.
- Bewegingsoefeningen: met behulp van specifiek bewegingsoefeningen kan mobiliteit verbeterd worden.
- De huisarts zou injectie met corticosteroiden kunnen overwegen.

Wat kunt u zelf doen?

- Beperk onbeschermd Uv-blootstelling (zonlicht) omdat een littekenhuid gevoeliger is voor verbranding door de zon
- Verzorg littekens met herstellende, hydraterende producten om soepelheid te behouden en secundaire klachten te verminderen.

Wat zijn de vooruitzichten?

Het is belangrijk om een realistische verwachting te hebben over de resultaten van littekenbehandeling. Volledige verwijdering van littekens is zelden mogelijk, maar verbetering van de algehele verschijning is vaak wel haalbaar.

Niet alle littekens vereisen behandeling, vooral als ze geen symptomen veroorzaken of cosmetisch niet storend zijn.

* 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.