

# Actinische keratosen

Poli Dermatologie



## **Wat zijn actinische keratosen?**

Actinische keratosen zijn plekjes op de huid die ontstaan door schade van zonlicht.

Deze plekjes ontstaan op delen van het lichaam die vaak in de zon zijn geweest. Ze komen vooral voor in het gezicht en op de bovenkant van de handen. Het kan een begin zijn van huidkanker.

## **Hoe ontstaan actinische keratosen?**

U krijgt actinische keratosen door 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 zien 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:

- het gezicht;
- de hoofdhuid;
- de bovenkant van de handen;
- de onderste helft van de armen;
- het decolleté (de borst) bij vrouwen.

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 aanwezig en zijn aan de huid andere tekenen van langdurige zonlichtblootstelling te zien, zoals vlekkelijke verkleuringen, rimpels en dunner worden van de huid.

### **Hoe weet uw arts of u actinische keratosen heeft?**

Uw arts kan aan de plekjes op uw huid zien of u actinische keratosen heeft. Soms wil de arts zeker weten of er geen sprake is van een andere ziekte van de huid. Dan zal de arts een klein stukje huid wegnemen (biopt) om dit stukje huid te laten onderzoeken. Voor het wegnemen wordt uw huid plaatselijk verdoofd.

### **Moet u behandeld worden voor actinische keratosen?**

Ja, behandeling van actinische keratosen is nodig. Na verloop van jaren kunt u in deze plekjes huidkanker krijgen.

### **Welke behandelingen zijn er?**

#### **Bevriezen**

De arts befrist de plekjes met vloeibare stikstof. Dit gebeurt meestal als u maar een enkel plekje op de huid heeft. Tijdens de bevroering geeft dit een pijnlijk, tintelend gevoel, dat daarna wegtrekt. Zo nodig kan men een pijnstiller gebruiken (paracetamol). Direct na het vriezen ontstaat er roodheid of zwelling, later kan er een blaas ontstaan. Eventueel mag die worden doorgeprikt. De plekken genezen uiteindelijk (meestal binnen 2 weken) als een oppervlakkige schaafwond. Er hoeft geen pleister op, drogen aan de

lucht werkt het beste. Soms ontstaat op de plek waar de huid bevroren is geweest een wit litteken.

### **Curretage**

Dit is het onder plaatselijke verdoving wegschrappen van de plekken met een scherpe lepel. Gevolgd door wegbranden van het weefsel en dichtschroeien van de bloedvaten (elektrocoagulatie).

### **Chirurgisch verwijderen.**

Soms is het noodzakelijk de hele afwijking eruit te snijden. Dit gebeurt meestal poliklinisch onder plaatselijke verdoving.

### **Crème** (Efudix, imiquimod of 5-fluorouracil)

U krijgt van uw arts een crème als u veel plekkjes op de huid heeft. De crème moet u een paar weken lang op de huid smeren. Door het gebruik van de crème worden de actinische keratosen kapot gemaakt. Door deze behandeling lijkt het alsof de actinische keratosen eerst erger worden voordat het beter wordt. Er ontstaat een oppervlakkige wond. Het is de bedoeling om vervolgens nog 3 dagen door te gaan, en dan te stoppen. In totaal duurt de behandeling 2 - 4 weken.. Daarna geneest de huid zonder littekenvorming en blijven de actinische keratosen vaak lange tijd weg. Ook kleine nieuwe plekken, die met het blote oog nog niet zichtbaar waren, worden met deze behandeling verwijderd. Omdat het een celgroeiremmend middel is, moet men contact met slijmvliezen en ogen voorkomen. Na gebruik ook de handen goed wassen. Zwangeren mogen het niet gebruiken.

### **Chemische peeling.**

Als u heel veel actinische keratosen verspreid over het gezicht heeft, kan de huid behandeld worden door een 'chemische peeling'. Bij deze behandeling krijgt u chemische middelen op de huid gesmeerd waardoor er een dun laagje (de opperhuid) van de huid weggehaald wordt. Na enkele dagen krijgt u een gladdere huid terug.

## **Laserbehandeling**

Een nieuwe vorm van behandeling, vooral bij uitgebreide afwijkingen, is behandeling met laser. Hierbij wordt de bovenste huidlaag als het ware verdampt. Het is wel belangrijk dat dit voorzichtig en met speciale lasers gebeurt, waarmee zeer oppervlakkig gewerkt kan worden, anders ontstaat er littekenvorming.

## **Picato** (ingenolmebutaat gel)

Deze gel bij afwijkingen in het gezicht de tubes met de lage concentratie (150 µg/g) gebruiken, 1 x daags aanbrengen op de plek gedurende 3 opeenvolgende dagen. Voor de rest van het lichaam de tubes met de hoge concentratie (500 µg/g) gebruiken, 1 x daags aanbrengen op de plek op 2 opeenvolgende dagen. De gel in een dunne laag met de vingertoppen gelijkmatig uitwrijven over het te behandelen gebied en hierna 15 minuten laten drogen. De handen meteen na het aanbrengen wassen met water en zeep. Als een hand wordt behandeld alleen de vingertop wassen, waarmee de gel is aangebracht. De gel niet aanbrengen direct na het douchen of minder dan 2 uur voor het slapen gaan. Na het aanbrengen het behandelde gebied gedurende 6 uur niet wassen of aanraken en niet bedekken met een afsluitend verband. Picato veroorzaakt ook plaatselijke huid irritatie, na een week is dat op zijn ergst en na 2 - 4 weken is het weer verdwenen.

## **Aldara** (imiquimod)

Dir is een crème, oorspronkelijk bedoeld voor de behandeling van genitale wratten. Het middel werkt ook bij actinische keratosen. Deze crème wordt 3 x per week aangebracht (enkele weken). Aldara kan huidirritatie veroorzaken.

## **Photodynamische therapie**

Als u veel plekken op uw huid heeft of grote plekken, dan kan de arts ook besluiten om u een 'fotodynamische behandeling' te geven (officieel heet dit PDT: photodynamic therapy). Hierbij wordt een speciale crème op de actinische keratosen gesmeerd, die de onrustige cellen gevoelig maakt voor licht. Enkele uren daarna wordt met een speciale lamp licht op de actinische keratosen geschijnen. Hierdoor worden de actinische keratosen

kapot gemaakt. Deze behandeling kan pijn doen. Ook de dag na de behandeling kunt u nog pijn hebben. Na deze behandeling ziet de behandelde huid er eerst slechter uit voor het beter wordt.

### **Tretinoïne crème** (vitamine A zuur)

Deze crème kan verouderingsverschijnselen van de huid enigszins tegen gaan en heeft ook enig effect op actinische keratosen. De crème werkt echter langzaam en moet lange tijd iedere dag worden gebruikt.

### **Solaraze gel** (3% diclofenac)

Dit is een nieuw product, dat op dit moment in de Verenigde staten geregistreerd voor actinische keratosen.

## **Wat kunt u zelf nog doen?**

Het is belangrijk om verdere beschadiging van de huid door ultraviolette straling zoveel mogelijk te voorkomen. Het is niet nodig om de zon totaal te mijden, u moet er echter verstandig mee omgaan en zorgen dat u niet teveel UVB schade oploopt. Als u in de zon komt, bescherm uw huid dan door het dragen van kleding met lange mouwen en draag bijvoorbeeld een hoed of pet.

Beperk het gebruik van een zonnebank.

Gebruik een crème tegen zonnebrand met een hoge beschermingsfactor In Nederland is een factor 15 of hoger meestal voldoende, in zuidelijker streken of bij veel zon is een hogere factor nodig (factor 30 of hoger).. Denk eraan dat een zonnebrandcrème (ook wel antizonnebrandcrème of zonnemelk genoemd) niet bedoeld is om langer in de zon te kunnen blijven, maar om de huid te beschermen als u in de zon bent.

Verder is het raadzaam uw huid in de gaten te houden, en als er nieuwe plekjes ontstaan deze door een arts te laten controleren.

## Hoe groot is de kans op het krijgen van huidkanker?

Na verloop van jaren kan er, zoals u hierboven heeft gelezen, in actinische keratosen huidkanker ontstaan. Deze vorm van huidkanker is het plaveiselcelcarcinoom en (minder vaak) het basaalcelcarcinoom. De kans dat u huidkanker krijgt wordt geschat op 5 tot 10%.

De vormen van huidkanker die zich ontwikkelen uit een keratosis actinica gedragen zich meestal niet erg agressief, ze zijn goed te behandelen en de kans op ingroei naar de diepte en uitzaaiingen naar andere organen is klein.

Er kunnen steeds nieuwe actinische keratosen ontstaan. Als uw huid in het verleden beschadigd is door de zon, blijft deze schade altijd bestaan.

Mensen die veel actinische keratosen hebben moeten deze plekjes hun leven lang, regelmatig door de arts laten controleren en behandelen.

## Heeft u nog vragen?

Heeft u nog vragen neem dan contact op met de poli Dermatologie.  
Telefoon: 0495 - 57 22 60, bereikbaar tijdens kantooruren.

Informatie is gebaseerd op informatie van de Nederlandse Vereniging voor Dermatologie

R326.18

2014-09

1232490

