



UMC Utrecht

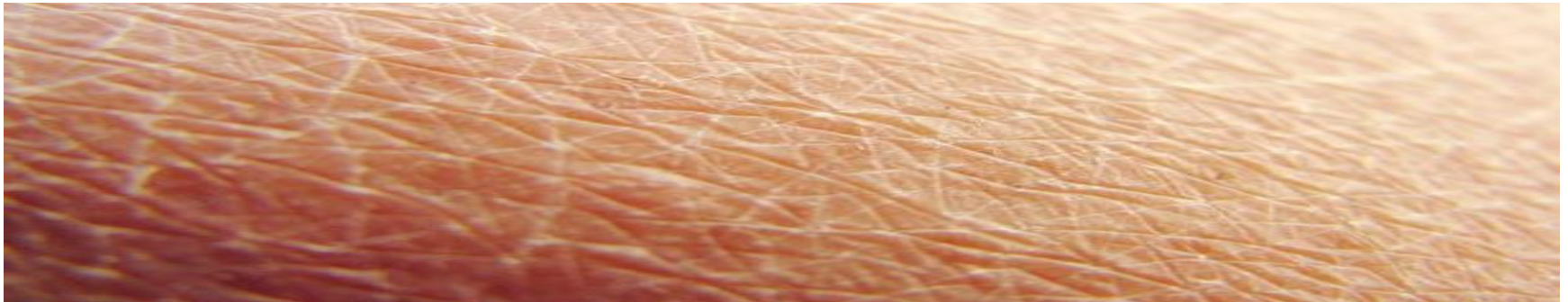
# Droge huid, jeuk en jeukende aandoeningen

**Jette de Groot**  
**Lilian Figee**

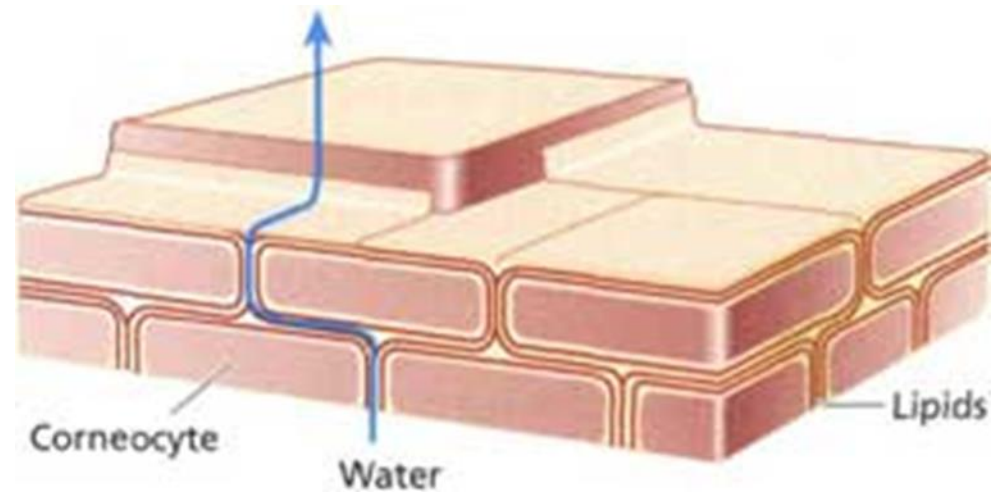
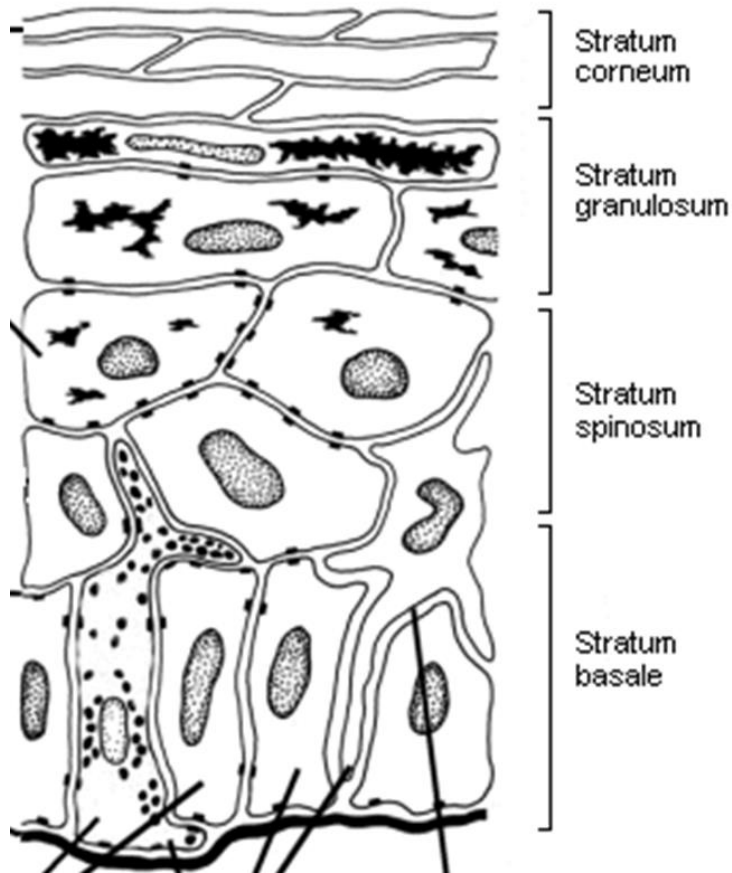


# Inhoud workshop

- Droge huid
- Omgaan met de droge huid
- Jeuk
- Jeukende aandoeningen
- Casus prurigo nodularis



# Epidermis = opperhuid



# De droge huid

Defecte huidbarrière – huidvetten verminderen en de vochtbalans is verdwenen.

## Verschijnselen:

huid voelt ruw aan

schilfering

kloofjes

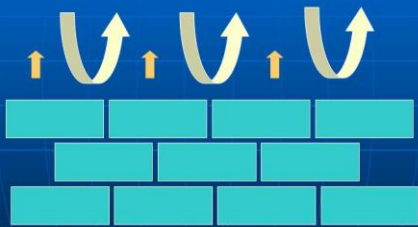
jeuk

pijn

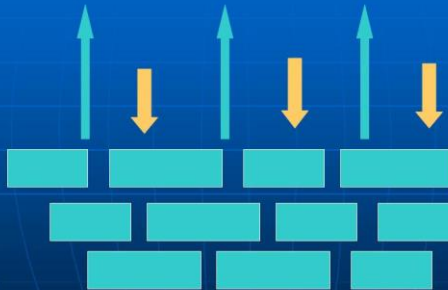


# De droge huid

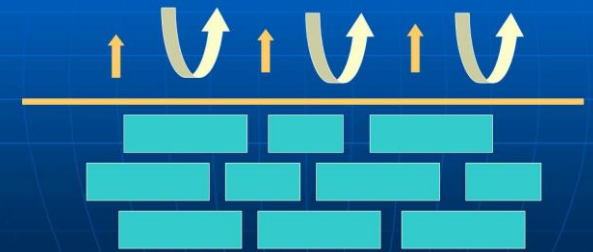
niet droge huid



droge huid



droge huid met zalf



Basiszalf zorgt voor een soepele huid en voor optimale bescherming



# Veroorzakers droge huid

- Gebruik van stoffen die huidvetten doen verdwijnen, zoals bijvoorbeeld zeep, douchegel, etc.
- Fysische factoren
- Aangeboren huidziekten
- Ouderdom



# De droge huid in beeld



# Behandeling van de droge huid

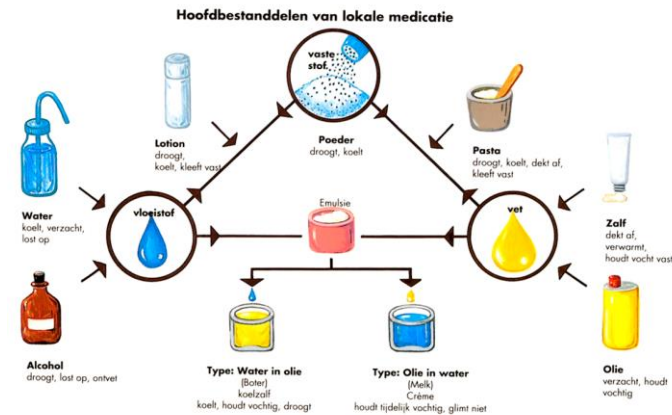
- Gebruik basiszalven
- Douchen met beleid
  - Niet te vaak, niet te lang, niet te warm
  - Geen zeep
  - Wel bad/douche olie of speciale bijsmeerzalf vooraf





# Lotion, crème, zalven

- Lotion: vloeibare emulsie
  - Hoog watergehalte
  - Uitstekend voor gebruik op behaarde (hoofd)huid
- Crèmes: mengsel van water en vetten (60-80% water)
  - Emulgator toegevoegd
  - Verzachtend en beschermend
- Zalven: mengsel van vetten
  - Beschermend en afdekkend



# Zalf versus crème

## Zalf

- *Voordeel*
  - + Tegen droogheid, vermindering van de jeuk
- *Nadeel*
  - Cosmetisch storend (glimmen), vette kleding, soms juist irritatie en toename van de jeuk

## Creme

- *Voordeel*
  - + Smeert prettig, cosmetisch aanvaardbaar
- *Nadeel*
  - Kan uitdroging geven



# Raad de zalf!



Cetomacrogolzalf



Koelzalf



Cetomacrogolcrème met 20% vaseline



Vaselinecarbomeer crème



Cetomacrogolcrème met 50% vaseline



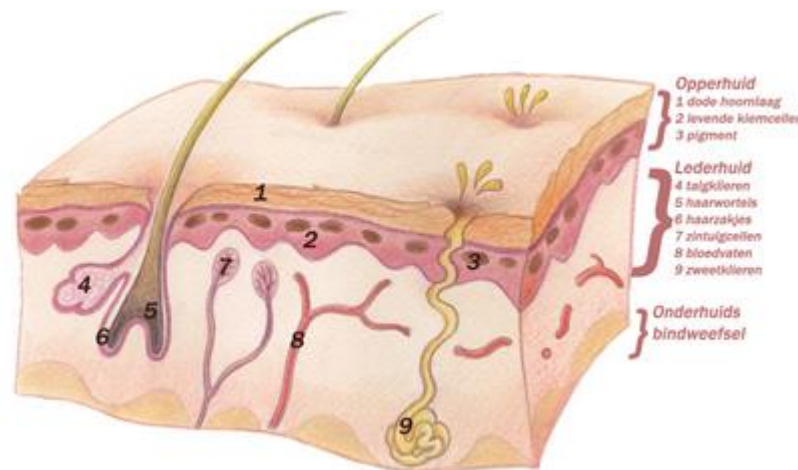
# Definitie jeuk

- De medische definitie van jeuk is 'de sensatie in de huid die uitlokt tot krabben'
- Jeuk kan variëren van lichte jeuk bij milde irritatie van de huid tot een heftige, allesbeheersende toestand die normaal leven zo goed als onmogelijk maakt.



# Onstaan van jeuk

- Bij jeuk worden specifieke 'jeukzenuwen' in de huid geprikkeld. De uiteinden van deze zenuwen zijn gelegen op de grens van de opperhuid en de lederhuid.
- Ze kunnen worden geactiveerd door bepaalde eiwitten zoals histamine, neuropeptiden en prostaglandinen. Deze stoffen komen vooral vrij bij ontstekingen van de huid.
- Niet verwonderlijk dat de meeste ontstekingen van de huid in meer of mindere mate gepaard gaan met jeuk.



Bron: huidinfo.nl



# Jeukende aandoeningen

- Droge huid
- Eczeem
- Psoriasis
- Urticaria
- Parasieten infecties
- Schimmelinfecties
- Neurodermitis:
  - Prurigo nodularis
  - Lichen planus



# Jeuk over hele lichaam

- Interne problematiek:
  - ✓ Nier- en leverstoornissen
  - ✓ Diabetes mellitus
  - ✓ Darmparasieten
- Medicatie
- De oudere huid
- Psychische factoren



# Prurigo nodularis





# Oorzaak en gevolg

- Oorzaak onbekend
- Voor het eerst beschreven in 1909 Door Hyde en Montgomery.
- Wat was er eerst? De jeuk of de bulten?
- Ongeveer 80% heeft atopie in de familie
- Zeer sterk jeukende noduli
- Pulk en krabgedrag
- Krabben houdt aandoening in stand/verergert.
- Komt vooral voor bij mensen van middelbare leeftijd en ouder. Iets meer bij vrouwen dan bij mannen.
- Goede diagnose! (cave scabies)



# Casus prurigo nodularis

Mevrouw de Haas is 56 jaar. Ze leidt een druk leven. Ze werkt 3 dagen in een winkel voor huishoudartikelen, doet 2 ochtenden vrijwilligerswerk in een verpleeghuis en zorgt ook nog tussendoor voor haar demente vader, die nog thuis woont met gedeeltelijke hulp. Ze is getrouwd en heeft nog 1 volwassen zoon, die thuis woont. Sinds een paar maanden heeft ze op beide onderbenen paarsgekleurde zeer jeukende bulten. Er komen steeds nieuwe bij. Ze wordt gek van de jeuk en smeekt de arts om haar sterke medicatie te geven tegen de jeuk. Ze schaamt zich voor haar benen en draagt alleen nog maar lange broeken. Het begint nu ook al op haar armen. Ze wordt doorgestuurd naar de verpleegkundige voor huidverzorging.

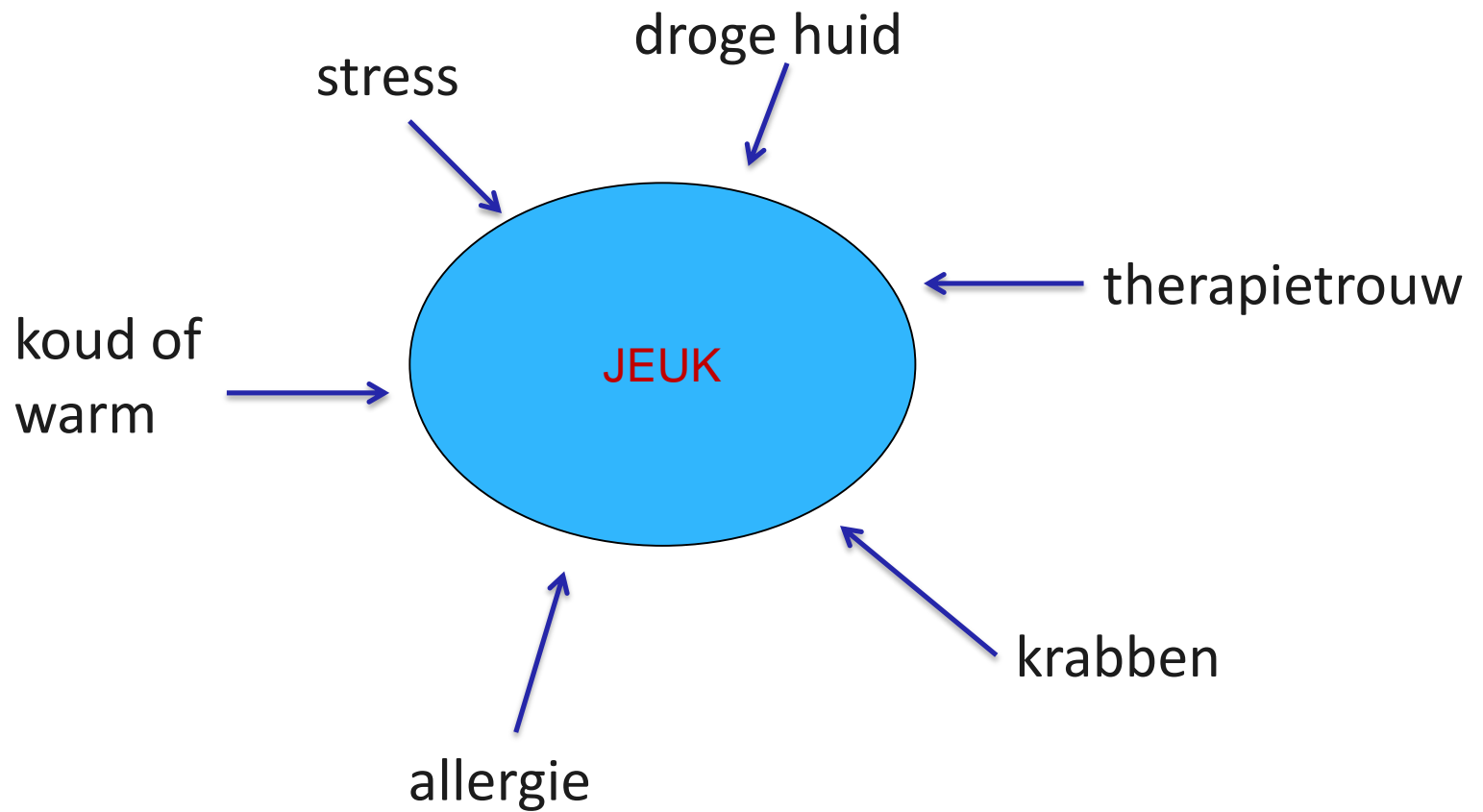


# Jeukanamnese

- Vragen over de huidandoening
- Vragen over jeuk en krabgedrag
- Vragen over omgaan met jeuk
- Vragen over beleving van jeuk

Wat betekent het voor u om iedere dag jeuk te hebben!





# Jeuk/krabcirkel



# Krabben voorkomen

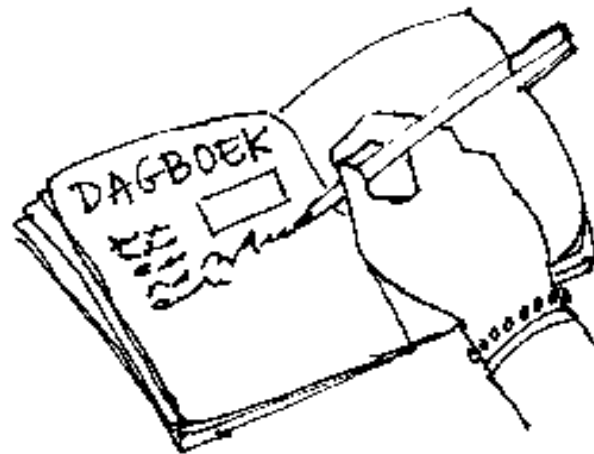
- Nagels kort (kunstnagels)
- Handschoenen aan
- Huid bedekken



# Jeukdagboek

Bewustwording m.b.v. een dagboek:

- tijdstippen
- intensiteit van jeuk en krabben
- omstandigheden
- maatregelen



# Geef de intensiteit aan van 0 tot 10

	Jeuk- intensiteit	Krab- intensiteit	Omstandig- heden	Maat- regelen
ochtend				
middag				
avond				
nacht				





# Krabbeheersingsprogramma

Gewoonte krabben omzetten in alternatief, niet schadelijk gedrag.

## 4 stappen:

hoe vaak krab ik nu – dagboekje

wat is mijn doel

hoe ga ik mijn doel bereiken - alternatief gedrag

oefenen/ belonen



# Ontspannen

Ontdek je eigen ontspanningsritueel

- Muziek
- Yoga oefeningen
- Meditatie
- Wandeling
- Zalven





UMC Utrecht

Bedankt voor het luisteren

