

ALOPECIA AREATA

FRANCISCUS VLIETLAND

Wat is alopecia areata?

Bij alopecia areata ontstaan plotseling kale plekken in huidgebieden waar haren groeien. Deze kale plekken hebben meestal een ronde of ovale vorm. Alopecia areata komt vooral voor op de hoofdhuid. Maar alopecia areata kan ook ontstaan in de andere lichaamsgebieden waar haren groeien, zoals wenkbrauwen, baardstreek, oksels en schaamstreek. Van alopecia areata voelt u zich niet ziek. Kaalheid kan echter wel psychische gevolgen hebben, zoals onzekerheid over het uiterlijk of moeilijkheden bij het leggen van sociale contacten.

Hoe krijgt u alopecia areata?

Waarom iemand alopecia areata krijgt is niet bekend. De oorzaak zit waarschijnlijk in het afweermecanisme van het lichaam. Het afweersysteem maakt een vergissing en richt zich tegen cellen van het eigen lichaam. Dit noemen we een auto-immuunziekte. Bij alopecia areata richt de afweer zich tegen de haarwortels. Alopecia areata komt vaker voor bij mensen die al een auto-immuunziekte hebben. Ook bij mensen met aanleg voor eczeem, astma of hooikoorts wordt alopecia areata vaker gezien.

Welke klachten geeft alopecia areata en hoe ziet het eruit?

Alopecia areata herkent u aan kale plekken met een ronde of ovale vorm, die plotseling ontstaan zijn. Soms merkt u het zelf niet, maar wordt het opgemerkt door de kapper, familieleden of vrienden. Ook kunnen uw nagels er soms anders uit gaan zien. In ernstige gevallen valt het haar met grote plukken uit. Soms beperkt de haaruitval zich niet tot één plek, maar is de haaruitval gelijkmatig over de hele hoofdhuid. In zeldzame gevallen valt al het hoofd- of lichaamshaar uit.

Is alopecia areata besmettelijk?

Nee, alopecia areata is niet besmettelijk.

Hoe weet uw arts of u alopecia areata heeft?

Uw arts ziet meteen of u alopecia areata heeft als er op uw hoofdhuid één of meer kale plekken te zien zijn. Het is moeilijker te zien als de haaruitval gelijkmatig verspreid

optreedt. In dit geval zal de arts zeker willen weten of er geen sprake is van een andere ziekte van de haren.

Vaak wordt er dan een 'haartrektest' gedaan om te beoordelen hoe vast de haren zitten. Soms zal de arts haren onder de microscoop bekijken en/of een klein stukje huid wegnemen (biopt) om dit stukje huid te onderzoeken.

Welke behandelingen van alopecia areata zijn er?

In de meeste gevallen herstelt de haargroei vanzelf binnen enkele maanden tot jaren. Dit betekent dat u hierop moet wachten en dat behandeling niet nodig is. Veel mensen zijn een beetje onzeker over de aandoening en voor hen is het daarom moeilijk om af te wachten tot het vanzelf beter gaat. Om het herstel van de haargroei sneller te laten gaan, kunnen de volgende behandelingen helpen.

Corticosteroiden

Corticosteroiden zijn hormonen die het lichaam (bijnier) ook zelf aanmaakt. Zij beïnvloeden het afweersysteem (zie ook de folder "Corticosteroiden voor de huid". Deze kunt u aan uw arts vragen of downloaden via www.huidarts.info). Door behandeling met corticosteroiden wordt geprobeerd de verkeerde afweerreactie in de kale plekken te onderdrukken.

De corticosteroiden kunnen in de kale plekken worden ingespoten (met een dunne naald of met een soort hogedrukspuit (dermojet)) of op de huid worden gesmeerd in een zalf, crème of lotion. Deze behandeling wordt alleen toegepast bij kleine kale plekken. Enkele weken na de behandeling beginnen de haren weer te groeien. Het kan nodig zijn deze behandeling enkele malen te herhalen. Door deze behandeling kan de huid plaatselijk dunner worden, maar dat herstelt zich meestal na enige tijd. De behandeling met corticosteroiden werkt niet altijd.

Bij uitgebreide alopecia areata worden soms corticosteroiden in de vorm van tabletten toegediend, maar het effect hiervan is nooit overtuigend aangetoond. Bovendien kunnen er ook inwendige bijwerkingen optreden.

Plaatselijke immunotherapie

In ernstige gevallen kan plaatselijke immunotherapie worden toegepast. U wordt dan eerst overgevoelig (allergisch) gemaakt voor een bepaalde stof, meestal de stof 'difencypron'.

Daarna worden de kale plekken wekelijks ingesmeerd met de stof waarvoor u allergisch bent gemaakt. Hierdoor ontstaat er op de ingesmeerde plekken een klein beetje allergisch contacteczeem (zie ook de folder "Contacteczeem". Deze kunt u aan uw arts vragen of downloaden via www.huidarts.info). Door deze allergische reactie lijkt het erop dat de haarwortels aangemoedigd worden, waardoor de haargroei bij een aantal patiënten terugkomt.

De bijwerkingen van deze behandeling kunnen zijn:

- Jeuk
- Dikke lymfeklieren in de hals
- Soms pigmentafwijkingen. U ziet dan donkere of witte vlekken op uw huid.

Plaatselijke immunotherapie wordt niet door alle dermatologen toegepast.

Andere "prikkelende stoffen" zijn azaleïnezuur-crème en minoxidil-lotion. Houdt u hierbij rekening dat dit laatste middel niet door uw verzekeraar vergoed wordt.

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

Het verloop van alopecia areata is niet goed aan te geven. In de meeste gevallen groeien de haren vanzelf weer terug. De tijd waarin dit gebeurt, kan enkele maanden tot jaren zijn. De haren die terugkomen zijn in het begin soms wit, maar later krijgt u weer uw normale haarkleur.

Het komt voor dat de haren in de ene plek teruggroeien, maar dat er daarna weer ergens anders nieuwe kale plekken komen. Ook is het mogelijk dat alopecia areata verdwijnt en jaren later weer terugkomt.

Alopecia areata herstelt meestal helemaal als het gaat om kleine kale plekken. Bij uitgebreide alopecia areata, waarbij alle hoofdhaar of alle lichaamsbehaaring is verdwenen, komt de haargroei meestal niet blijvend terug.

Er is minder kans dat de haren terugkomen als:

- de aandoening in de jeugd is ontstaan
- andere auto-immuunziekten aanwezig zijn of in de familie voorkomen
- er sprake is van aanleg voor eczeem, astma of hooikoorts

Wat kunt u zelf nog doen?

Als er sprake is van uitgebreide kaalheid kunt u erover nadenken of u een pruik of haarstukje wilt kopen. De zorgverzekeraars hebben hiervoor een vergoedingsregeling. De pruik of het haarstukje wordt gedeeltelijk vergoed vanuit de basisverzekering. Als u aanvullend verzekerd bent kunnen er aanvullende vergoedingen zijn.

Een dieet en vitaminepreparaten helpen niet. De haren gaan hierdoor niet groeien.

Indien u psychische of sociale problemen heeft door het haarverlies, is het belangrijk dit met uw arts of iemand in uw omgeving te bespreken.