

Eczeem bij kinderen

Inleiding

Constitutioneel eczeem is een niet-besmettelijke, chronische huidaandoening. Kenmerkend voor het eczeem is de ontstekingsreactie van de huid, zonder dat er een bacteriële infectie aanwezig is. Een bacteriële infectie kan echter in een later stadium wel voorkomen. In deze folder leest u meer over eczeem en de behandeling hiervan.

Oorzaken

Mogelijke Factoren die een rol spelen bij eczeem zijn:

- **Erfelijkheid (atopisch syndroom)**

Bij dit syndroom ontstaan ontstekingsreacties in het lichaam als gevolg van een aanleg om overgevoelig te reageren op stoffen en prikkels uit de omgeving. Deze ontstekingsreacties kunnen zich in de huid uiten als eczeem, in de slijmvliezen van de neus en ogen als hooikoorts, in de luchtwegen als astma en in de slijmvliezen van het maagdarmkanaal als voedselallergie.

- **Niet-allergene factoren**

- droge huid;
- infectie;
- psychische gesteldheid of algemene conditie;
- overige niet allergene stoffen; water, zeep, wol en alcohol;
- droge lucht, warmte, fel zonlicht, transpiratie.

- **Allergenen**

Stoffen die een contactallergie kunnen veroorzaken (allergenen), bijvoorbeeld latex, nikkel en rubber. Het vermijden van contact met deze allergenen kan een positieve invloed hebben op het eczeem. Contactallergie speelt op jonge leeftijd geen belangrijke rol in het ontstaan van eczeem. Voedselallergie is vrijwel nooit de oorzaak van eczeem.

Verschijselen

De plaats waar constitutioneel eczeem op het lichaam voorkomt en de verschijningsvorm zijn afhankelijk van de leeftijd van de persoon en het stadium waarin het eczeem verkeert.

Op de babyleeftijd is het eczeem vaak over het hele lichaam aanwezig. Bij een kind in de leeftijd van een tot ongeveer veertien jaar is het eczeem meer in de elleboogholten/knieholten, polsen en enkels aanwezig is. Bij een kind ouder dan veertien jaar presenteert het zich vaak als een chronisch terugkerend eczeem met periodes van rust en verergeringen.

Eczeem kan verdeeld worden in een acute of chronische fase.

Acute fase

De huid is rood en gezwollen en voelt warm aan. Er verschijnen bobbeltjes en met vocht gevulde blaasjes op de huid. Sommige blaasjes gaan open en scheiden vocht af, het zogenaamde 'natten'.

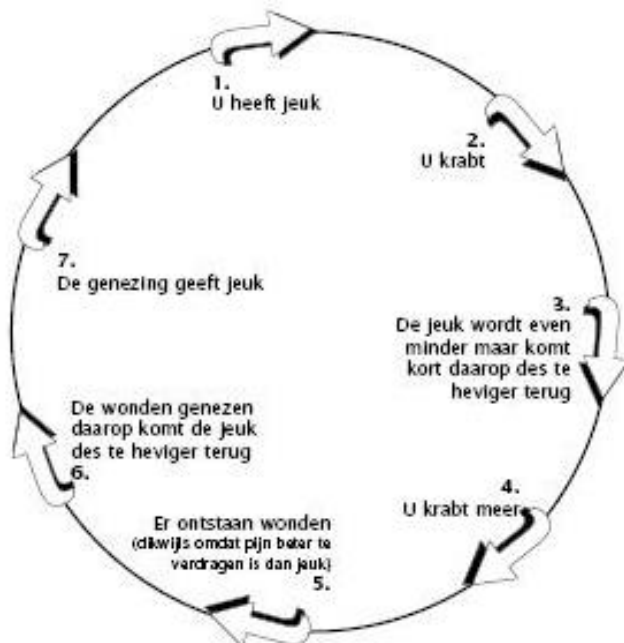
Een acute aanval duurt enkele dagen tot enkele weken. Daarna drogen de blaasjes in tot korstjes, de huid is droog en gaat schilferen en wordt minder rood.

Chronische fase

In deze fase neemt de roodheid af, de schilfering neemt toe en de huid wordt wat dikker. De huidlijnen worden grover dan normaal. In de stugge en/of droge huid kunnen kloven ontstaan.

De verschijnselen van deze fasen kunnen tegelijkertijd maar ook na elkaar voorkomen. Eczeem kent een wisselend beloop, met betere en slechtere perioden. Een van de belangrijkste klachten van eczeem is jeuk. Door wrijven en krabben neemt de jeuk toe. Jeuk kan het dagelijks leven ingrijpend beïnvloeden.

- Door veel krabben kan de huid kapot gaan, hierdoor verergert de huidaandoening en neemt de jeuk toe. Door te krabben ontstaan er wondjes die na genezing weer jeuk geven. Zo ontstaat een vicieuze cirkel.



- De jeuk kan slaapproblemen veroorzaken, uw kind kan hierdoor moe zijn of zich moeilijk concentreren.
- Misschien schaamt uw kind zich en heeft dit invloed op zijn/haar omgang met andere kinderen.

Diagnose

De diagnose eczeem wordt gesteld aan de hand van:

- Het in kaart brengen van de ziektegeschiedenis (anamnese).

De arts of verpleegkundig specialist vraagt bijvoorbeeld hoe lang de klachten al bestaan, welke verschijnselen er optreden en of eczeem in de familie voorkomt.

- Lichamelijk onderzoek.

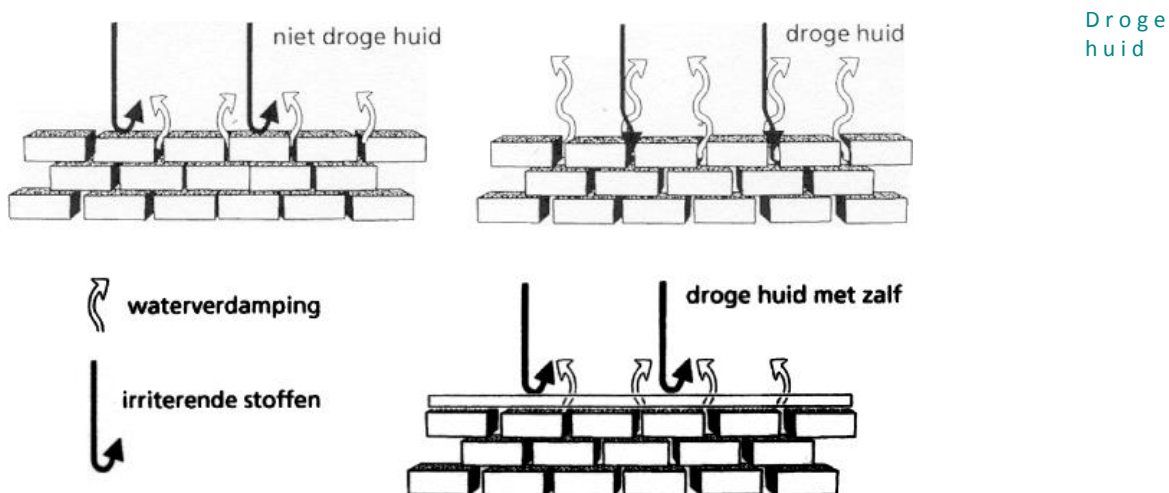
Bij dit onderzoek let de arts of verpleegkundig specialist onder meer op de fase en uitgebreidheid van het eczeem.

In sommige gevallen is aanvullend onderzoek (bijvoorbeeld een allergieonderzoek, huidbiopt of huidkweek) noodzakelijk.

Opbouw van de huid

De huid heeft verschillende functies. Bescherming is een belangrijke functie. De bovenste laag van de huid (hoornlaag) zorgt ervoor dat schadelijke stoffen buiten blijven en het vocht binnen. Deze hoornlaag is een beschermlaag en bestaat uit hoorncellen en huidvetten.

Je kunt de hoornlaag vergelijken met een stenen muur, waarbij de hoorncellen de stenen zijn en de huidvetten het cement. Wanneer de muur intact is, kunnen er geen stoffen binnendringen en kan er slechts een klein deel water uit verdampen. Bij een droge huid zijn minder vetten aanwezig en is sprake van een beschadigde huidbarrière. De verdamping van water is groter waardoor de huid nog droger wordt. Bovendien kunnen schadelijke, irriterende stoffen van buitenaf de huid binnendringen en een eczeemreactie teweeg brengen. In feite is de muur poreus geworden.



Figuur 1: Schematische weergave van de bovenste laag van de huid

Bij de dagelijkse huidverzorging is het aanbrengen van een beschermlaag van buitenaf erg belangrijk. Dit kunt u doen door het aanbrengen van een neutrale zalf. Neutrale zalven worden ook wel basiszalf of bijsmierzalf genoemd. De neutrale zalven worden zowel in de actieve fase maar ook in de rustige fase van het eczeem gebruikt. In een actieve fase gebruikt u het naast de zalf met geneesmiddel om bij te zalven. In een rustige fase is de zalf nodig om de huid soepel en de beschermlaag optimaal te houden.

Behandelmogelijkheden bij eczeem

Kinderen met eczeem hebben van nature een andere vetsamenstelling van de huid, waardoor de huid droger is. Een goede verzorging van de huid is de eerste stap om het eczeem zo rustig mogelijk te houden.

Neutrale zalven

Neutrale zalven oftewel indifferente zalven, vormen de basis van de behandeling. Deze zalven zorgen er namelijk voor dat de huid vet blijft en niet uitdroogt. Een droge huid geeft meer jeuk en is gevoeliger voor prikkels van buitenaf. Neutrale zalven zijn ongeparfumeerd en op doktersrecept verkrijgbaar.

Voorbeelden zijn:

- Cetomacrogolzalf;
- Lanettezalf;
- Paraffinevaseline;
- Vaselinlanettecrème;
- Cetomacrogolcrème;
- Een combinatie Vaselinecetomacrogolcrème.

De overeenkomst tussen al deze zalven is dat ze geen medicijnen bevatten. Het verschil zit in de samenstelling, de verhouding van water en vet.

Een zalf is vetter dan een crème of lotion en heeft daarom in principe de voorkeur om te gebruiken bij eczeem. In overleg met de arts of verpleegkundig specialist kunt u de zalven uitproberen. Voorkeur voor een bepaalde zalf is heel persoonlijk.

- Een zalf is een vet smeersel, hierin zit weinig water.
- Een crème is een samenstelling van vet en water.
- Een lotion bevat veel water.

Zalven die medicijnen bevatten

Hormoonzalven oftewel corticosteroiden, onderdrukken de ontstekingsprocessen in de huid en daardoor de verschijnselen van het eczeem. Door het aanbrengen van een hormoonzalf verminderen de klachten, zoals roodheid en jeuk. Echter de oorzaak (zoals de erfelijke factor!) wordt niet weggenomen, dus eczeem geneest niet.

De corticosteroidzalf wordt ingedeeld in vier klassen. Hoe hoger de klasse hoe sterker de werkzame bestanddelen. Een hormoonzalf en de dosering wordt door een arts voorgeschreven.

Medicinale zalven:



=



=



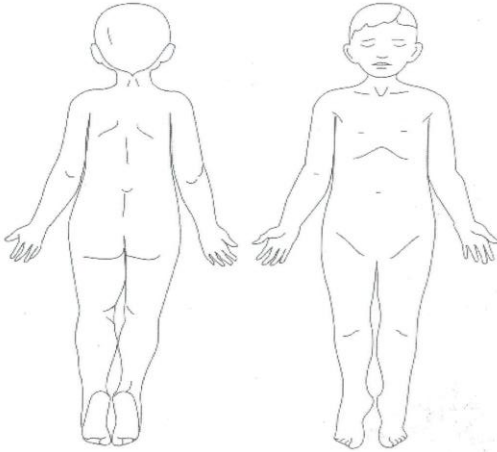
=



=

Neutrale zalf:

-
-
-



Gebruik een vingertopeenheid.



Vingertopeenheid/ FTU (Finger Tip Unit)

1FTU = 0,5 gram hormoonzalf/crème

In onderstaand schema staat per leeftijd het aantal vingertopeenheden.

<i>Leeftijd</i>	<i>Hoofd en hals</i>	<i>Armen hand</i>	<i>Beenen voet</i>	<i>Romp</i>	<i>Rug en billen</i>	<i>Hele lichaam</i>
3-12 maand	1	1	1,5	1	1,5	8,5
1-2 jaar	1,5	1,5	2	2	3	13,5
3-5 jaar	1,5	2	3	3	3,5	18
6-10 jaar	2	2,5	4,5	3,5	5	24,5
Volwassene	2,5	4	8	7	7	40,5

Een patiënt die gedurende 1 week, 1 x per dag zijn hele lichaam in moet smeren, heeft afgerond de volgende hoeveelheden crème of zalf nodig.

- Kind 3 - 12 maanden: 30 gram
- Kind 1 - 2 jaar: 50 gram
- Kind 3 - 5 jaar: 65 gram
- Kind 6 - 10 jaar: 85 gram
- Volwassene: 140 gram

Na een week is het eczeem meestal duidelijk verbeterd. De jeuk zal dan over of minder zijn. Pas als de huid helemaal rustig is (het actieve eczeem is niet meer zichtbaar, er is geen jeuk meer) kan gestart worden met afbouwen van de zalf volgens onderstaand afbouwschema.

	Ma	Di	Wo	Do	Vr	Za	Zo
Week 1	2x	2x	2x	2x	2x	2x	2x
Week 2	1x	1x	1x	1x	1x	1x	1x
Week 3	-	-	1x	1x	1x	1x	1x
Week 4	-	-	-	1x	1x	1x	1x
Week 5	-	-	-	-	1x	1x	1x
Week 6	-	-	-	-	-	1x	1x
Week 7	-	-	-	-	-	-	1x

Bij een opvlamming van het eczeem is het belangrijk om niet af te wachten, maar meteen bij de eerste signalen weer te starten met hormoonzalf of de frequentie van smeren weer op te hogen. Afhankelijk van de ernst van de opvlamming begin je de hormoonzalf weer een of twee keer per dag te smeren. Vaker dan twee keer per dag smeren met de hormoonzalf is niet effectief. Bovendien vergroot dit kans op bijwerkingen. Bij goed gebruik met stopdagen treden er vrijwel geen bijwerkingen op.

Topicale immuun modulators (TIM's)

Er zijn sinds enige tijd een tweetal nieuwe uitwendige anti-eczeem middelen op de markt die op een andere manier werken dan hormoonzalven. Zij beïnvloeden het afweersysteem van de huid en proberen de ontsteking in de huid te voorkomen.

- Tacrolimuszalf 0,1 en 0,03% zalf (Protopic): vergelijk met klasse 2 hormoonzalf.
- Pimecrolimuszalf 1% crème (Elidel): vergelijk met klasse 1 hormoonzalf.

Aanbrengen volgens het hierboven genoemde FTU-schema.

Tijdens het begin van de behandeling kan huidirritatie ontstaan op de plaatsen waar de zalf wordt aangebracht. Deze irritaties kunnen bestaan uit een branderig gevoel, jeuk of roodkleuring van de huid. Deze symptomen zijn gewoonlijk mild en verdwijnen meestal binnen een week na het begin van de behandeling. Er is mogelijk een licht verhoogde kans op ontsteking van de haarzakjes en activering van oude herpesinfecties (bijvoorbeeld een koortslip).

Behandeling van geïnfecteerde huid

Als de opengekrabde huid geïnfecteerd is, kan deze behandeld worden met antibioticazalf of anti-schimmelzalf. Soms worden zalven gecombineerd.

Zalfadviezen

- Let op de houdbaarheidsdatum op pot of tube.
- Was uw handen voordat u de zalf aanbrengt. Zorg voor warme handen.
- Smeer de huid minimaal een keer per dag in met de neutrale bijsmeerzalf. Meerdere malen per dag smeren mag altijd en is nodig als de huid erg droog is of als het kind veel jeuk heeft.
- Plaats de zalf eventueel in de koelkast, koele zalf is jeukstillend.
- Zorg voor voldoende hygiëne. Schep de zalf met een lepel of spatel uit de pot zodat u niet steeds met de handen in de zalfpot zit. Dit geldt zeker ook bij open eczeem.
- Houd altijd dezelfde volgorde aan bij het aanbrengen van de zalf, zodat u geen lichaamsdelen overslaat. Waar u begint maakt niet uit.
- Masseer de zalf goed in.
- Na het aanbrengen van de zalf handen goed wassen.

- Draag bij het zalven met medicijnen eventueel handschoenen. Bij neutrale zalven zijn handschoenen niet nodig.
- Hormoonzalf moet goed verdeeld over de lichaamsdelen met eczeemplekken worden aangebracht. Dit kan op meerdere manieren gebeuren:
 - De zalf in kleine hoeveelheden op een lichaamsdeel verdelen en dan uitsmeren.
 - Een kleine hoeveelheid zalf tussen de handen uitsmeren, op de huid aanbrengen en uitsmeren.
 - Gebruik voor de dikte van smeren van hormoonzalven de vingertopeenheid (FTU-methode).
- Jaargetijden kunnen van invloed zijn op voorkeur voor bepaalde zalf. 's zomers wordt vaak een minder vette zalf gebruikt. Vette zalf kan vooral 's zomers jeuk veroorzaken doordat er een broeireactie ontstaat.
- Wanneer u zowel hormoonzalf als bijsmeerzalf tegelijk gaat gebruiken, behandel dan eerst de eczeemplekken met de voorgeschreven hormoonzalf. De neutrale zalf smeert u dan minimaal één uur later.
- Maak van zalven zoveel mogelijk een plezierige gebeurtenis. Betrek uw kind zoveel mogelijk bij het zalven door het zelf met de neutrale zalf te laten zalven.

Omgaan met jeuk en algemene tips

Goede uitvoering van de behandeling van de huidaandoening is het belangrijkste middel tegen jeuk. Hieronder vindt u adviezen over de manier waarop u en uw kind het beste met jeuk kunnen omgaan.

Dagelijkse huidverzorging

- Beperk contact met water, water droogt de huid uit.
Twee à drie keer per week vijf à tien minuten.
- Gebruik lauw water (30° C).
Hoe warmer het water hoe meer het de huid ontvet.
- Droog de huid goed deppend af.
Water wat op de huid blijft liggen droogt extra uit.
- Gebruik een pH-neutrale, hypoallergene ongeparfumeerde zeepvervanger.
Gebruik bij voorkeur douche- of badolie. Dit gaat het uitdrogend effect van water tegen, irriteert niet en geeft een olielaagje.
Om irritatie van de hoofdhuid te voorkomen, is het gebruik van een milde ongeparfumeerde shampoo aan te bevelen.
- Smeer na het douchen of baden de huid meteen in. Hierdoor blijft de huid soepel en droogt de huid niet verder uit.
- Laat uw kind bij actief eczeem **niet zwemmen**. Zwembadwater kan irritatie geven. Is het eczeem rustig, dan de huid van te voren goed invetten. Gebruik geen Lanettezalf omdat deze wit wordt in het water. Na het zwemmen goed afspoelen en de huid goed invetten.

Neem maatregelen die jeuk tijdelijk verlichten

- Zalf met een neutrale zalf. Dit voorkomt een droge huid en vermindert de jeuk.
- Zorg voor verkoeling door bijvoorbeeld het dragen van dunne wijde kleding en het aanzetten van een ventilator.
Ook een vette zalf uit de koelkast kan verlichting geven.
Gebruik ijspakkingen als jeuk op een klein gebied voorkomt.
- Zoek alternatieven voor het krabben. Probeer samen met uw kind te wrijven, te kloppen, te knijpen of te blazen. Of masseer met de neutrale zalf.
Een bijkomend effect van een vette huid is dat de vingertjes wegglijden en het krabben dus bemoeilijkt wordt.
- Zoek afleiding door de aandacht ergens anders op te laten richten. (bijvoorbeeld door het spelen van een spelletje)

Vermijd factoren die de jeuk verergeren

- Uw kind kan het beste geen knellende en/of synthetische kleding dragen. We adviseren het dragen van katoenen kleding.

Een onbedekte huid is gevoeliger voor prikkels en leidt eerder tot jeuk. Geef daarom ook in de zomer uw kind een dunne katoenen pyjama aan.

- Gebruik geen wasverzachter, dat kan jeuk veroorzaken. Een half kopje azijn kan een alternatief zijn voor wasverzachter, dit maakt de was ook zachter.

Spoel wasgoed zorgvuldig uit zodat er geen zeepresten achterblijven.

- Droge lucht en warmte kan de jeuk verergeren.

Voor wat betreft temperatuur en ventilatie:

- Zet de verwarming thuis niet te hoog.
 - Zorg voor goede ventilatie.
 - Gebruik niet te veel deken of een te dik dekbed.
- Zorg voor goede voeding, voldoende lichaamsbeweging en voldoende slaap.

Beperk beschadiging van de huid

- Zorg voor schone, gladde en kort geknipte nagels van uw kind.
- Zorg dat uw kind niet op de blote huid krabt. Bedek de huid door kleding of een anti-krabpakje. Een anti-krabpakje is te bestellen door de verpleegkundige of verpleegkundig specialist in het ziekenhuis.

Sociaal-emotioneel

- Laat het eczeem en de jeuk geen belemmering vormen voor lichamelijk contact. Kinderen hebben vaak extra behoefte om te knuffelen.
- Zorg voor rust en regelmaat. Kinderen zijn vaak gevoelig voor veranderingen. Stress en onrust kunnen een negatieve invloed hebben op het eczeem.
- Psychosociale factoren zoals emoties, vermoeidheid, spanning of juist verveling, kunnen een rol spelen en een negatieve invloed hebben op het eczeem.

Contact met allergenen en niet allergene prikkels

- Bestrijd huisstofmijt en saneer bij een allergie voor huisstofmijt.
- Vermijd contact met harige dieren.
- Zorg voor schone lucht, zonder rook, parfum of sterke geuren van verf en lijm.

Medicatie tegen jeuk (antihistaminica)

Histamine is een stof die vrijkomt tijdens de reactie van bepaalde cellen op allergenen en bij eczeem. Histamine geeft onder andere jeuk. Antihistaminica kan jeuk remmen en tijdelijk gebruikt worden bij eczeem. De ontstekingsreactie van de huid wordt echter alleen door hormoonzalf geremd, dus dat blijft de belangrijkste behandeling bij eczeem/jeuk.

Eczeem en voeding

Vanaf de leeftijd van 4 maanden mogen baby's hapjes gaan krijgen.

Op de website van het voedingscentrum staat duidelijke informatie hoe dit te starten.

<https://www.voedingscentrum.nl/nl/zwanger-en-kind/eerste-hapjes/de-oefenhapjes-4-tot-6-maanden-.aspx#pindakaasenei>

Bij baby's met eczeem is vroeginductie van pinda(kaas) en kippenei erg belangrijk om allergie te voorkomen. Voor informatie hierover kunt u terecht bij uw behandelaar.

Tot slot

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, neem dan contact op met de polikliniek Kinderartsen, telefoonnummer 0492 – 59 59 55

Telefoonnummers en adressen

Polikliniek Kindergeneeskunde

Locatie Deurne

T: 0493 – 32 89 15

Locatie Helmond

T: 0492 – 59 59 55

Locatie Helmond

Wesselmanlaan 25

5707 HA Helmond

T: 0492 – 59 55 55

Locatie Deurne

Dunantweg 16

5751 CB Deurne

T: 0493 – 32 88 88

Locatie Gemert

Julianastraat 2

5421 DB Gemert

T: 0492 – 59 55 55

