

# Constitutioneel eczeem bij kinderen

## Oorzaak

Eczeem is een verzamelterm voor verschillende huidafwijkingen. Deze folder gaat over constitutioneel eczeem. Dit wordt ook wel atopisch of allergisch eczeem genoemd. De belangrijkste oorzaak van constitutioneel eczeem is erfelijke aanleg. Bij aangedane kinderen reageert de huid erg heftig op prikkels van buiten af waardoor een ontsteking ontstaat. Eczeem is dus eigenlijk een ontsteking van de huid. De neiging om zo heftig op prikkels te reageren wordt atopie genoemd. Deze manier van reageren kan ook klachten van de longen (astma), darmen (koemelkeiwitallergie) en neus en ogen (hooikoorts) geven. Atopisch syndroom is een verzamelterm voor deze 4 ziekten. Eerstegraads familieleden (moeder/vader/broer/zus) van mensen met het atopisch syndroom hebben zelf een veel hogere kans een van deze ziekten te krijgen. Het is onvoorspelbaar wie de ziekte ontwikkeld en op welke manier deze zich uit (eczeem, astma, hooikoorts of koemelkeiwitallergie). Als iemand eenmaal een van de ziektes ontwikkeld is de kans groter dat deze persoon ook nog een van de andere ziektes ontwikkeld. De ziektes verschijnen vaak op verschillende leeftijden. Eczeem ontstaat vaak kort na de geboorte. Koemelkeiwitallergie ontstaat vaak in het eerste levensjaar en verdwijnt weer voor de leeftijd van 4 jaar. Andere voedselallergieën beginnen meestal in het eerste levensjaar en kunnen levenslang aanwezig blijven, zoals pinda-allergie. Hooikoorts en astma beginnen vaak rond het zesde jaar. Er wordt vaak gedacht dat voeding een belangrijke rol speelt bij het ontstaan van eczeem. Dit is niet zo. Zoals uit bovenstaande blijkt komt voedselallergie vaker voor bij kinderen met eczeem. Maar slechts bij weinig kinderen zal het vermijden van bepaalde voedingsmiddelen het eczeem verbeteren.

## Hoe ziet eczeem er uit?

Bij een acute aanval is de huid rood, gezwollen en warm. Er zijn bobbeltjes en met vocht gevulde blaasjes. Soms breken deze open en komt er vocht uit. (dit noemt men nattend eczeem) Na enkele dagen drogen de blaasjes in en gaat de huid schilferen. Daarna neemt de schilfering toe en wordt de huid dikker, de chronische fase. Er kunnen dan kloven ontstaan. De acute en chronische afwijkingen kunnen tegelijkertijd optreden. Er is altijd hevige jeuk. Eczeemklachten vertonen een wisselend beloop met betere en slechtere periodes.

## Is laboratoriumonderzoek nodig?

Voor het stellen van de diagnose, eczeem, gaat de arts af op de huidafwijkingen die hij/zij ziet. Soms worden allergietesten gedaan. De allergietest kan gedaan worden d.m.v. een bloedonderzoek of een huidpriktest. Het bloedonderzoek is bij kinderen jonger dan 4 jaar niet betrouwbaar. Er kan ondanks een negatieve bloedsuitslag een allergie aanwezig kan zijn. De huidpriktesten kunnen bij ons alleen bij grotere kinderen gedaan worden. Als er een allergie gevonden wordt hoeft dat niet te betekenen dat uw kind daar ook klachten van heeft. Zeker bij eczeem heeft het vermijden van bepaalde voedingssoorten vaak weinig effect op het eczeem. Bij een voedselallergie zal uw kind elke keer bij het eten van dat voedsel dezelfde

klachten krijgen. Om er achter te komen of uw kind een voedselallergie heeft is het vaak handig een dagboek bij te houden waarin u schrijft wat uw kind eet en welke klachten er zijn.

## Behandeling van eczeem

### Algemene adviezen

- Gebruik bij voorkeur katoenen kleding. Vermijd wol/synthetisch materiaal.
- Lange broekspijpen en lange mouwen voorkomen irritatie.
- Gebruik geen wasverzachter.
- Bad/douche uw kind zo weinig mogelijk.
- Gebruik ongeparfumeerde, pH neutrale producten i.p.v. zeep.
- Voeg (bad)olie aan het badwater toe. Houd er wel rekening mee dat uw kind en het bad hierdoor heel glibberig worden. Smeer de huid direct na het baden/douchen goed in met neutrale zalf.
- Vermijd zwemmen bij actief eczeem. Als het eczeem rustig is kan de irritatie beperkt worden door u kind voor het zwemmen in te vetten. Hier wordt uw kind wel glibberig van!
- Probeer de omgeving niet te warm en niet te koud te houden. Het beste is 18° - 20°C.
- Gebruik ook luchtige kleding.
- Haal uitstekende stukjes, zoals kledinglabels, uit de kleding.
- Er zijn speciale eczeempyjama's op recept verkrijgbaar. Deze kan de arts u voorschrijven. Overleg hierover met uw verzekering. De pyjama's zijn van licht katoen of zijde, luchtdoorlatend en kunnen geleverd worden met handjes of voetjes tegen het krabben.
- Probeer de nagels van u kind zo kort mogelijk te houden.

### Neutrale zalven

Dit zijn zalven welke geen medicijnen bevatten (vergelijkbaar met bodylotion). Deze moeten zo veel mogelijk gesmeerd worden om de huid soepel te houden en niet uit te laten drogen. Hierdoor krijgt het eczeem minder kans. Er zijn zalven, crèmes en lotions. Zalven zijn het meest vet, crèmes minder en lotions nog minder. Daarom gebruiken wij bij voorkeur zalven. Er zijn heel veel verschillende soorten verkrijgbaar. Welke de beste is, is vaak een persoonlijke voorkeur. Als het eczeem nattend is of bij extreem warm weer, is het beter een crème te gebruiken. Soms wordt bij nattende plekken zinkzalf aangeraden omdat dit een nog sterker indrogend effect heeft.

### Zalven waar medicijnen inzitten

Dit zijn hormoonzalven of een van de nieuwere middelen; protopic of elidel. Hormoonzalven (corticosteroid zalven) onderdrukken de ontsteking in de huid. Bijwerkingen: Naar ons idee wordt er vaak teveel nadruk gelegd op vermeende bijwerkingen. Bij goed gebruik geven ze geen of geringe bijwerkingen. De verhalen over ernstige bijwerkingen stammen uit de jaren 50 toen de zalven niet goed gebruikt werden. Vaak werden te sterke zalven, te lang gebruikt. Wanneer deze zalf goed gebruikt wordt zijn er geen gevolgen voor de groei of het functioneren van de bijnier. Er is wel kans op ontkleuring of verdunning van de huid. Die kans is groter naarmate meer, vaker en met sterkere hormonen gesmeerd wordt. Onvoldoende behandeld eczeem geeft echter ook verkleuring en verdikking van de huid. Bijwerkingen treden pas op na weken tot maanden continu gebruik.

### Sterktes

Er zijn vier sterktes hormoonzalven. Hoe hoger de klasse hoe sterker de zalf maar ook hoe groter de kans op bijwerkingen. Wij gebruiken over het algemeen:

Klasse I	: Hydrocortison
Klasse II	: Triamcinolon
Klasse III	: Fluticason (cutivate), mometason 0,1 % (elocon)
Klasse IV	: Clobetasol (dermovate)

Van Fluticason wordt beweerd dat de bijwerkingen vergelijkbaar zijn met Hydrocortison terwijl het de sterkte heeft van een klasse III preparaat. De keuze van klasse zal de arts inschatten aan de hand van de ernst van het eczeem. Vaak wordt op het gezicht, op de geslachtsorganen en in de huidplooien een minder sterk werkende hormoonzalf voorgeschreven dan op de rest van het lichaam. Op deze plekken is de huid dunner en heeft meer kans op bijwerkingen.

### Smeeradviezen

Ieder kind reageert anders op de hormoonzalven. De ideale smeermethode is dan ook maatwerk. Het is belangrijk dat u als ouder goed observeert hoe de huid reageert. Het is handig om een dagboek bij te houden van de hoeveelheid gebruikte zalf en de aanwezigheid van huidafwijkingen. Houd ook bij hoeveel tubes u gebruikt. We proberen ernaar te streven om zo min mogelijk zalf te smeren om het eczeem goed onder controle te houden. Ons streven is een gave huid. Meestal wordt in eerste instantie 1 of 2 keer per dag smeren aanbevolen. Vaker smeren heeft geen zin. Aan de hand van de verbetering van de huidafwijkingen zal de frequentie van smeren en eventueel de klasse hormoonzalf afgebouwd worden. Meestal wordt van 2 naar 1 maal per dag afgebouwd zodra er een sterke verbetering is van het eczeem. Of er wordt naar een lagere klasse overgegaan. Bij sommige kinderen kan daarna gestopt worden, omdat ze niet zo vaak opvlammingen krijgen. Bij andere wordt het aanbevolen 1-3 keer per week hormoonzalf te smeren om opvlammingen te voorkomen. Smeer alleen de plekken waar eczeem zit. Zijn er over grote delen van het lichaamsdeel eczeemplekken, smeer dan het hele lichaamsdeel in. Bij gebruik van minder dan 1 tube (30g) per maand is de kans op bijwerkingen erg klein.

### Praktische tips

- Hormoonzalf eerst een uur in laten trekken voordat de neutrale zalf gesmeerd wordt
- Hormoonzalf die eenmaal daags gebruikt wordt 's middags aanbrengen omdat de jeuk dan vaak het hevigst is.

### Tacrolimus / Pimecrolimus (protopic/elidel)

Dit zijn nieuwe zalven ook met medicijnen erin. Ze worden pas sinds 2002 voor kinderen gebruikt. Ze werken, net als hormoonzalven, door de ontsteking in de huid te onderdrukken. Protopic lijkt even effectief als een matig sterke hormoonzalf. Bijwerking:

- Ze kunnen een branderig gevoel, roodheid en jeuk geven bij het aanbrengen op de huid.
- Deze bijwerkingen verdwijnen vaak na een week.
- Iets meer kans op huidinfecties.
- Omdat de zalven pas zo kort voor kinderen gebruikt worden kunnen we nog weinig zeggen over bijwerkingen op de lange termijn.

Wij geven er de voorkeur aan eerst een hormoonzalf te gebruiken omdat we met deze zalven vertrouwd zijn. Bovendien worden en Elidel niet vergoed voor gebruik bij kinderen. Protopic wordt vergoed vanaf 2 jaar. Protopic lijkt effectiever dan Elidel.

Men begint met 2 keer daags smeren om daarna geleidelijk af te bouwen.

### **Behandeling van jeuk**

- De meest effectieve behandeling van jeuk is het goed behandelen van het eczeem.
- Houdt de huid in optimale conditie door irriterende stoffen zoals zeep te vermijden.
- Houdt de huid zo vet mogelijk door weinig frequent te baden/douchen en veel te smeren met neutrale zalven. Onder het kopje behandeling staat hier meer over.
- Afkoeling geeft tijdelijke verlichting van de jeuk. U kunt bijvoorbeeld de vette zalf in de koelkast zetten voor gebruik.
- Probeer krabben zo veel mogelijk te beperken. Het krabben breekt de huid en veroorzaakt toename van het eczeem.
- Probeer ook de schade door krabben zo veel mogelijk te beperken. Houdt de nagels kort zodat ze de huid zo min mogelijk beschadigen.
- Dek heftig jeukende plekken af met een eczeempakje of verband. Er zijn speciale buisverbanden voor dit doel beschikbaar.
- Bij extreme jeuk kunt u de plekjes inpakken met verband of handschoentjes/sokjes voor handen en voeten. Dit voorkomt beschadiging van de huid.
- Antihistaminica zijn medicijnen tegen jeuk. Helaas werken ze slecht tegen de jeuk van eczeem. Wel maken ze u kind slaperig waardoor hij/zij mogelijk beter slaapt.