

Handeczeem

Wat is eczeem; hoe ontstaat het?

Eczeem is een, vaak chronische, niet-besmettelijke ontsteking van de huid, die meestal jeukt. Doorgaans ziet men wisselende beelden: rode vlekken, blaasjes, bultjes, schilfers en/of kloven. Als het eczeem langer bestaat, kan de huid dikker en grover worden. Bij handeczeem spelen bijna altijd invloeden van buiten een belangrijke rol. Erfelijke of psychische invloeden kunnen echter ook mee spelen.

Handeczeem door invloeden van buiten.

1. De meest voorkomende vorm van handeczeem wordt ortho-ergisch of irritatief contacteczeem genoemd. Deze ontsteking ontstaat door achtereenvolgende, geringe beschadigingen van de huid, die op zichzelf geen zichtbare huidafwijkingen veroorzaken. Door de grote hoeveelheid kleine beschadigingen kan de huid zich op den duur niet meer herstellen en ontstaat een ontsteking; eczeem. De beschadigingen ontstaan vaak door nat en vuil werk en/of contact met water, zeep of andere ontvettende stoffen, of door irriterende stoffen, zoals oplosmiddelen of poetsmiddelen. Dergelijke beschadigingen zien we b.v. bij huishoudelijk werk, verplegende en verzorgende beroepen, agrarische beroepen, sommige industrieën, hobby's zoals tuinieren of doe-het-zelf activiteiten. Ook wrijven en schuren, een schrale wind en een lage luchtvochtigheid (winter) kunnen een rol spelen. Deze vorm van eczeem kan in beginsel bij iedereen ontstaan indien de huid voldoende beschadigd wordt. Ze ontstaat gemakkelijker bij mensen met een atopische huidconstitutie.
2. Een belangrijke vorm van handeczeem is allergisch contacteczeem, berustend op een allergie voor stoffen waarmee de huid in contact komt. Deze stoffen hoeven als zodanig niet schadelijk te zijn. Een (contact)allergie kan men opvatten als een "vergissing" van het afweerapparaat van het lichaam: i.p.v. zich te verweren tegen schadelijke indringers, zoals bacteriën of virussen, verzet het lichaam zich tegen een in wezen onschadelijke stof. Bij contact met een stof waar men allergisch voor is, ontstaat als reactie een ontsteking van de huid: eczeem. Slechts een beperkt aantal mensen ontwikkelt een allergisch contacteczeem. Het is niet te voorspellen, wie onder bepaalde omstandigheden een allergisch contacteczeem zal ontwikkelen en wie niet. Bekende voorbeelden van allergisch contacteczeem zijn eczeem als gevolg van een contactallergie voor nikkel: eczeem van oorlellen door het dragen van nikkelen oorbellen

of eczeem bij de navel door nikkel in metalen broeksknoppen, of eczeem door geurstoffen (parfumgrondstoffen) in cosmetica of toiletartikelen.

Vaak is handeczeem een combinatie van ortho-ergisch en allergisch contacteczeem.

Handeczeem, mede beïnvloed door aanleg.

Er bestaat een erfelijk bepaalde, in sommige families voorkomende vorm van eczeem, die vaak gepaard gaat met klachten van de luchtwegen (hooikoorts, astma, bronchitis). Dit type eczeem heet constitutioneel of atopisch eczeem. Belangrijk in relatie met handeczeem is, dat iemand die constitutioneel eczeem heeft of had, een kwetsbare huid kan hebben en aldus gemakkelijker dan de meeste mensen een ortho-ergisch eczeem kan ontwikkelen.

Acrovesiculeus of dyshidrotisch eczeem

Bij deze vorm van handeczeem wordt het beeld beheerst door blaasjes. Het komt vooral voor bij mensen van jongere en middelbare leeftijd. De oorzaak is niet altijd duidelijk; het kan b.v. een allergisch contacteczeem zijn, maar ook een uiting van een schimmelinfectie van de voeten, of van constitutioneel eczeem.

Verzorging en behandeling van handeczeem.

Eczeem wordt meestal behandeld met uitwendige middelen - natte omslagen, schudmengsels, pasta's, crèmes of zalven, afhankelijk van het stadium van het eczeem. Soms wordt de behandeling aangevuld met inwendige middelen (tabletten, capsules) en als het eczeem chronisch is geworden, ook wel met lichttherapie.

Pasta's en zalven worden meestal wat dikker aangebracht, zodat verbinden dan onvermijdelijk is; bij handeczeem kan men hiervoor katoenen verbandhandschoenen gebruiken. Pasta's en zalven kunnen met olie worden verwijderd (slaolie, "zoete" of aardnotenolie).

Handen wassen. Zeep heeft een ontvettende werking, waardoor de beschermende hoornlaag van de huid beschadigd wordt met als gevolg dat de huid vatbaarder wordt voor eczeem. Probeer daarom de handen niet vaker te wassen dan nodig is. Gebruik een zachte, niet-geparfumeerde zeep, geen schuurzeep of garagezeep. Borstel de huid niet. Gebruik bij voorkeur lauw water. Als u vuil werk doet, waarbij u geen beschermende handschoenen kunt dragen, kunt U de handen eerst dun insmeren met vaseline, slaolie of zoete olie, om het grootste vuil te verwijderen. Het reinigend vermogen van de zeep wordt vergroot, wanneer met het vuil, tezamen met de opgebrachte zeep, met papier verwijderd, alvorens de handen onder stromend water te wassen.

Bij het wassen van het behaarde hoofd valt te overwegen plastic wegwerphandschoenen te gebruiken of de hulp van een huisgenoot in te roepen, om langdurig contact van de handen met water en shampoo te mijden.

Droog de handen, door met de handdoek te deppen i.p.v. te wrijven. Vet de handen na het wassen in met een vetcrème of zalf (zonder corticosteroïden), die de dokter u kan voorschrijven.

Draag bij voorkeur geen ringen omdat daar onder makkelijk vuil en zeepresten achter blijven, die weer huidirritatie kunnen veroorzaken.

Een zieke huid heeft rust nodig. Probeer daarom contact te mijden met irriterende stoffen zoals (af)wasmiddelen, poetsmiddelen (boenwas, autowas), oplosmiddelen (terpentine, benzine, spiritus), vruchten-, of groentesappen. Gebruik zo mogelijk beschermende handschoenen, ook bij het aardappelen schillen. De voorkeur gaat uit naar PVC-, (vinyl) huishoudhandschoenen. Wanneer men contact heeft met bijzondere stoffen of producten, hetgeen meestal het geval is in de werksituatie, is overleg op het bedrijf of met de bedrijfsarts, c.q. ARBO-adviseur, dringend aanbevolen, zodat u handschoenen draagt, die aangepast zijn aan de speciale eisen, die het bedrijf stelt.

Bij koud, droog of schraal weer, van het najaar tot in het voorjaar, kan de huid droog en kwetsbaar worden. Het dragen van warme handschoenen is aan te bevelen, evenals het wat vaker invetten van de huid

Probeer bij een heftige jeukaanval niet te krabben, maar zachtjes te wrijven met een zgn. indifferente vetcrème of zalf, die de arts kan voorschrijven. Sommigen hebben baat bij ijsblokjes, in een plastic zakje op de huid gelegd. Als u merkt dat u 's nachts krabt, slaap dan met katoenen handschoenen aan. Houd de nagels kort.

Volg nauwkeurig het behandelingsvoorschrift van de arts op en beperk u tot de voorgeschreven zalven.

Uiteraard kan uw huisarts u (mede) begeleiden. Als u nog geen contact met de bedrijfsarts hebt gehad, is het verstandig, dit alsnog te doen.