

## Lichen planus

---

### ■ Wat is lichen planus?

Lichen planus is een ziekte van de huid en/of slijmvliezen (mond of geslachtsdelen). Lichen planus kan op alle leeftijden voorkomen, maar komt iets meer voor bij vrouwen dan bij mannen. De leeftijd waarop lichen planus het meest voorkomt, is voor mannen rond het 30ste levensjaar en voor vrouwen rond het 50ste levensjaar.

### ■ Hoe krijgt u lichen planus?

De oorzaak waarom iemand lichen planus krijgt is vaak onbekend. Gedacht wordt dat lichen planus een vorm van een auto-immuunziekte is. Dit betekent dat de eigen ontstekingscellen, die normaal bacteriën en virussen bestrijden, nu bepaalde delen van de huid en slijmvliezen aantasten.

Andere oorzaken van lichen planus kunnen zijn:

- Erfelijke factoren.
- Bepaalde virussen.
- Medicijnen: de lichen planus zit dan vooral op de huid en bijna nooit in de mond of bij de geslachtsdelen. Deze medicijnen zijn vaak pijnstillers (NSAID's, zoals ibuprofen en diclofenac) en medicijnen tegen hoge bloeddruk of hartaandoeningen (bètablokkers en ACE-remmers).
- Tandheelkundig materiaal (vullingen / metalen): lichen planus in de mond kan soms ook veroorzaakt worden door het materiaal dat een tandarts gebruikt. Vooral door amalgaam, composiet, kobalt, kwik en goud kunt u afwijkingen aan het slijmvlies in de mond krijgen (zie ook de folderteksten 'Composieten' en 'Kobalt'). Als u een ingreep bij de tandarts krijgt, is het verstandig te vragen welk materiaal de tandarts hierbij gebruikt. Dit kunt u dan aan uw arts vertellen.
- Contactallergie: lichen planus van de lippen, mond en genitale slijmvliezen kan soms veroorzaakt worden door een contactallergie op bijvoorbeeld een bepaalde tandpasta. Ook als de lichen planus in de plooiën aanwezig is of heel uitgebreid op de huid aanwezig is, kan er bij uitzondering sprake zijn van een contactallergie.

Tenslotte, het is mogelijk dat door stress de lichen planus erger wordt.

### ■ Welke klachten geeft lichen planus en hoe ziet lichen planus eruit?

#### Lichen planus van de huid

Als u lichen planus op uw huid heeft, ziet u vaak groepjes kleine paars-rode glanzende bultjes die aan de bovenkant plat zijn. Soms zijn hier witte strepen in te zien (dit heet ook wel Wickhamse striae). Deze platte bultjes kunnen overal voorkomen op het lichaam, maar u ziet ze meestal op de binnenkant van de polsen, onderarmen, onderkant van de rug en enkels. De bultjes geven soms geen klachten (bij 20% van de patiënten), maar vaak (bij 80%) hevige jeuk.

Een kenmerk van lichen planus is dat op de plaats waar de huid beschadigd is, bijvoorbeeld door een schaafwond of hard krabben, een nieuwe lichen planus plek kan ontstaan (dit noemt men het Koebner fenomeen).

#### Lichen planus van de slijmvliezen

Soms komt lichen planus zowel op de huid als op de slijmvliezen voor, maar soms alleen op de slijmvliezen zoals de mond en geslachtsdelen. In de mond ontstaan plekjes aan bijvoorbeeld de binnenkant van beide wangen, op het tandvlees of op de tong.

Bij de geslachtsdelen ontstaan plekkjes bij de vagina, de anus en de eikel. De klachten kunnen variëren van fijne witte lijntjes (Wickhamse striae) die geen klachten geven, tot (zeer) pijnlijke wondjes en zweertjes. Branderigheid en pijn door lichen planus op de eikel en bij de vagina kunnen ervoor zorgen dat seksueel contact pijnlijk kan zijn.

Lichen planus kan op alle slijmvliezen van het lichaam voorkomen, dus behalve in de mond en genitaal, ook onder andere in de neus, slokdarm, ogen en blaas.

Andere vormen van lichen planus zijn:

- Lichen planus van de nagels: dit komt bij ongeveer 10% van de patiënten voor. De klachten kunnen variëren van in lengterichting verlopende ribbeltjes en gleufjes zonder klachten, tot het volledig uitvallen van de nagels die ook niet meer terug groeien.
- Lichen planopilaris: dit is lichen planus van de haarzakjes op het hoofd. Hierdoor kunt u (blijvend) haarverlies krijgen als gevolg van littekenvorming van de haarzakjes. Deze vorm kan op iedere leeftijd voorkomen, maar wordt vooral gezien bij vrouwen tussen de 40-60 jaar. Het kan jeukklachten geven op de hoofdhuid, maar ook haaruitval en kale plekken.

## ■ Is lichen planus besmettelijk?

Nee, geen enkele vorm van lichen planus is besmettelijk.

## ■ Hoe weet uw arts of u lichen planus heeft?

Uw arts kan aan de plekken zien of u lichen planus heeft. Alleen bij twijfel is het nodig om een klein stukje huid weg te nemen (biopt). Hiervoor wordt uw huid verdoofd op de plaats waar het stukje huid wordt weggenomen.

## ■ Wat is de behandeling?

### Lichen planus van de huid

Behandeling van lichen planus is alleen nodig als u er klachten van heeft. Voor lichen planus van de huid krijgt u meestal een corticosteroïd-zalf van uw arts. Deze zalf zorgt ervoor dat de jeuk en zichtbare huiduitslag minder worden. Voor meer informatie hierover zie ook de folder 'Corticosteroïden voor de huid'. Als de lichen planus uitgebreid op de huid aanwezig is, wordt soms lichttherapie voorgeschreven. Zo nodig kan bij uitgebreide lichen planus ook tabletbehandelingen voorgeschreven worden. Voorbeelden hiervan zijn prednison, acitretine en ciclosporine.

### Lichen planus in de mond of op de geslachtsdelen

Behandeling van lichen planus in de mond of op de geslachtsdelen is alleen nodig als u er klachten van heeft. Net als bij de huidafwijkingen worden producten met corticosteroïden gebruikt. Voor een behandeling van afwijkingen in de mond worden vaak speciale 'plakzalven', gels, sprays of mondspoelingen gebruikt. Als de producten met corticosteroïden onvoldoende werken, kan tacrolimuszalf, pimecrolimus-zalf of tretinoïne-vloeistof worden voorgeschreven.

Wel is het zo dat de behandeling van lichen planus van de slijmvliezen vaak moeilijk is. Dat betekent dat u nog klachten houdt ondanks de behandeling. Bij veel pijn kunnen verdovende gel (lidocaïne) tijdelijk verlichting geven in de mond.

## ■ Wat kunt u zelf nog doen?

- Probeer uw huid zo min mogelijk te beschadigen, want in beschadigde huid kan een nieuwe lichen planus plek ontstaan.
- Probeer bij lichen planus genitaal de kwetsbare huid te ontzien van druk en schuifkrachten van buitenaf. Draag dus geen te strakke kleding, zorg eventueel voor een aangepast fietszadel.
- Gebruik bij de verzorging genitaal geen washandjes, maar de douchekop met alleen lauwwarm water. Bij voorkeur daarna voorzichtig droogdeppen.
- Als u last heeft van lichen planus in uw mond, kunnen bepaalde voedingsmiddelen uw klachten verergeren doordat uw slijmvliezen kapot zijn. Denkt u hierbij aan sterk gekruid eten,

citrusvruchten, tomaten, cafeïne-houdende dranken zoals koffie en cola, knapperig voedsel zoals toast en chips. Als u het gevoel heeft dat dit zo is, kunt u deze producten beter vermijden.

- Het is belangrijk om bij lichen planus in de mond regelmatig naar de tandarts of mondhygiëniste te gaan, omdat de lichen planus het gebit en het tandvlees kan beschadigen
- Controleer uw slijmvliezen regelmatig. Als u zelf een bult ontdekt die snel groter wordt, een ruwe plek voelt of als er een wond ontstaat die niet geneest, is het belangrijk om deze te laten controleren door uw arts.

## ■ Is lichen planus gevaarlijk?

Het hebben van lichen planus bij de slijmvliezen geeft een iets verhoogd risico op het krijgen van huidkanker bij de slijmvliezen (plaveiselcelcarcinoom). Als u lichen planus in de mond heeft, is er een kleine kans dat u hierdoor mondkanker krijgt (dit komt minder dan 0.5% per jaar voor bij de mensen die lichen planus hebben). Het is extra belangrijk om te stoppen met roken en minder alcohol te gebruiken om het risico op kanker te verminderen.

Ook bij lichen planus op de geslachtsdelen is er een klein risico dat er huidkanker in de lichen planus plek ontstaat.

Stel er ontwikkelen zich onrustige kankercellen op de slijmvliezen van uw mond of op de geslachtsdelen, dan merkt u dit doordat er vaak ruwe en soms harde plekken ontstaan. Verder kunnen snel groter wordende bulten of een wondje wat maar niet geneest ondanks de voorgeschreven behandeling hierop duiden. Geef dit direct door aan uw arts, zodat eventuele onrustige cellen tijdig ontdekt worden en behandeld kunnen worden.

## ■ Is lichen planus te genezen of blijft u er altijd last van houden?

Afhankelijk van de oorzaak is lichen planus wel of niet te genezen. Als lichen planus veroorzaakt wordt door medicatie, kunnen de klachten na stoppen van het medicijn verdwijnen. Stop nooit zonder overleg met uw arts medicijnen.

Ook als er sprake is van een contactallergie, kunnen na het vermijden van de allergische stoffen de klachten geheel verdwijnen.

Helaas is de oorzaak van lichen planus vaak niet bekend. Behandeling kan er wel voor zorgen dat de klachten minder worden. Als u lichen planus op de huid heeft, is de kans groot dat uw klachten binnen 2 jaar vanzelf verdwijnen. Waarom de klachten op een gegeven spontaan verdwijnen is niet bekend. Tijdens de behandeling, of als de lichen planus spontaan verdwijnt, ziet u vaak nog donkerbruine vlekken op uw huid. Deze vlekken zullen meestal in de loop van de tijd vanzelf verdwijnen, maar dit kan wel 1-2 jaar duren.

Na genezing kan lichen planus weer terugkomen, ook als u al jaren geen klachten meer heeft. Waarom dit gebeurt, is onbekend.

Als u lichen planus in de mond of bij de geslachtsdelen heeft, geneest dit helaas meestal niet spontaan. U kunt dan lang klachten houden zoals branderigheid en pijn, vooral bij de geslachtsdelen. Als u hierdoor seksuele problemen krijgt, is het verstandig om dit aan uw arts te vertellen. Als het nodig is kan de arts u doorsturen naar een speciale therapeut zoals een psychotherapeut of seksuoloog.

Er is een Lichen Planus Vereniging Nederland, zie [www.lichenplanus.nl](http://www.lichenplanus.nl). Op deze website kunt u meer lezen over lichen planus.

---

*Deze folder is een uitgave van de Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venereologie. Bij het samenstellen van deze informatie is grote zorgvuldigheid betracht.*

*De Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venereologie wijst desondanks iedere aansprakelijkheid af voor eventuele onjuistheden of andere tekortkomingen in de aangeboden informatie en voor de mogelijke gevolgen daarvan.*



Voor informatie over patiëntenorganisaties verwijzen wij u naar de website van Huidpatiënten Nederland.

[www.huidnederland.nl](http://www.huidnederland.nl)

---

