

Xerosis cutis (droge huid)

■ De functie van de huid

De huid bestaat uit 3 lagen: opperhuid (epidermis), lederhuid (dermis) en onderhuids vetweefsel (subcutis). Een van de belangrijkste functies van de huid is de barriere functie. Deze functie wordt verzorgd door de bovenste laag van de opperhuid, de hoornlaag (stratum corneum)

1. het voorkomt dat vocht uit het lichaam kan ontsnappen
2. het voorkomt dat schadelijke stoffen het lichaam binnen kunnen dringen

Deze laag wordt voortdurend opnieuw aanmaakt, om de functie te behouden.

Als in deze laag minder huidvetten aanwezig zijn, verliest de huid meer vocht en heeft ook meer last van schadelijke stoffen van buitenaf. Hierdoor ontstaat bij een mild beeld een schilferende huid (craquele aspect), maar indien dit meer uitgesproken is wordt de huid eczeem achtig en is er soms ook kloofvorming

■ Hoe krijgt u een droge huid?

Er zijn verschillende oorzaken waarom de huidvetten verminderd aangemaakt worden

- Gebruik van zeep. Zeep ontvet de huid en verandert de zuurgraad van de huid. Dit heeft een negatieve invloed op zowel de bestaande huidvetten, als op de aanmaak van huidvetten.
- Beroepsmatig: werken met reinigingsmiddelen of chemische stoffen
- Frequent watercontact (douchen of handen wassen. (zie ook folder handeczeem)
- Winter: hierdoor gaan de verwarmingen aan. Dit geeft een droge lucht.
- Ouderdom: de aanmaak van vetzuren verminderd vanaf het 20^{ste} levensjaar met 23% per 10 jaar.
- Genetisch: u bent bijv. geboren met een verstoring van vet aanmaak in de hoornlaag

■ Welke behandelingen voor de droge huid zijn er?

De droge huid kan zichzelf herstellen. Dit kan alleen als de huid in de tussentijd niet bloot gesteld wordt aan bovenstaande factoren. Vaak is het nodig om aanvullend met cremes en zalven te smeren om de huidvetten te herstellen. De drie groepen vetten die gesmeerd kunnen worden zijn

1. Barriere of afsluiting van de huid. Hierdoor leg je een bescherm laag op de huid die de functie van het stratum corneum overneemt. Bijv. Vaseline, lanoline, siliconen, pafaffine.
2. vocht aantrekkend (humectans), Hierdoor wordt het vochtverlies via de huid gecompenseerd door extra water aan te trekken. bijv. Glycerine, ureum, hyaluronzuur, honing.
3. Herstel van originele huidopbouw (emolliens). Deze stoffen zitten van nature ook in onze huid en worden door het smeren aangevuld. Bijv. Ceramide, squalene, olijf-, palm-, kokosolie.

Het is helaas niet mogelijk om door middel van een tablet de droge huid te herstellen.

■ Wat kunt u verder zelf nog doen?

- Voorkom overmatige blootstelling aan zeep en water
- Werkt u met chemische stoffen, draag zoveel mogelijk handschoenen
- Vet de huid regelmatig in (1x douchen, dan 2x invetten)

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.



www.nvdv.nl

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



www.huidpatienten-nederland.nl
