

---

## CELLULITIS (CELLULITE, SINAASAPPELHUID)

---

### WAT IS CELLULITIS ?

De naam cellulitis wordt voor twee verschillende huidafwijkingen gebruikt, dat is een beetje verwarrend. Meestal wordt in het dagelijks leven met de term **cellulitis (cellulite)** bedoeld een '**sinaasappelhuid**', een bobbelige huid van de bovenbenen bij vrouwen.

In de medische wereld wordt de term cellulitis ook gebruikt voor een bacteriële infectie van het onderhuidse weefsel. Deze vorm van cellulitis, veroorzaakt door bacteriën, wordt ook wel wondroos, belroos, of erysipelas genoemd. Dit is een heel ander beeld, vaak met koorts en een rood warm been (zie verder onder wondroos of erysipelas). Deze folder gaat niet over de infectie, maar over cellulitis als cosmetisch storende afwijking aan de bovenbenen.

Met cellulitis ('cellulite') of sinaasappelhuid (*Franse term: **peau d'orange***) wordt in de cosmetische industrie bedoeld een wat bobbelige structuur die de huid en het onderhuids bindweefsel kan krijgen. Het is geen ziekte en volkomen onschuldig. Cellulitis krijgt veel aandacht als schoonheidsprobleem. Billen en bovenbenen die er bobbelig uitzien passen niet in het schoonheidsideaal van slank en strak.

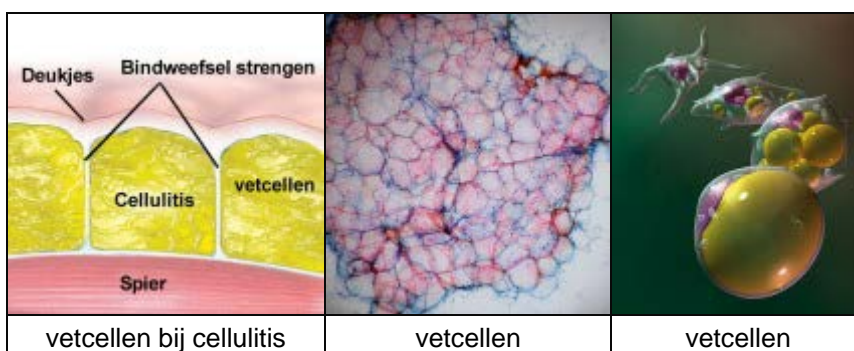
### HOE ZIET HET ER UIT ?

Cellulitis komt vrijwel uitsluitend voor bij vrouwen en het bevindt zich vooral op de billen en op de bovenbenen. De huid is hobbelig doordat er vetophopingen vlak onder de huid zijn ontstaan, in een onregelmatig patroon. Naast uitstulpingen lijken er ook deukjes of putjes te zijn, waardoor de huid wel een beetje lijkt op een sinaasappel huid.



### HOE ONTSTAAT CELLULITIS ?

Vlak onder de huid zitten vetcellen. Vetcellen slaan al het vet dat ze kunnen opnemen uit het bloed op en worden groter en groter. De billen en heupen zijn bij de vrouw een plaats waar vet makkelijk wordt opgeslagen. De vetcellen liggen in een klompje bij elkaar omgeven door schotjes van bindweefsel. Als de vetcellen toenemen puilen deze klompjes enigszins uit, terwijl andere delen van de huid door de bindweefselstrengen niet kunnen uitzetten, daar ontstaat dan een deukje. Hierdoor ontstaat een hobbelig aspect met deukjes (sinaasappelhuid effect).



## WAT ZIJN DE OORZAKEN ?

Overgewicht, teveel eten en te weinig lichaamsbeweging is een oorzaak, en het ouder worden waarbij de elasticiteit van de huid verloren gaat speelt ook een rol. Maar dit zijn niet de enige oorzaken, want cellulitis kan ook voorkomen bij jongeren, kinderen, en bij slanke vrouwen. Vetcellen die uitzetten lijken toch de belangrijkste verklaring te zijn in het ontstaan van cellulitis. Dit kan ook gebeuren zonder dat er sprake is van overgewicht. Als mogelijke factoren naast ouder worden, overgewicht, en gebrek aan lichaamsbeweging worden ook genoemd hormonale veranderingen die optreden tijdens de puberteit, zwangerschap, en de overgang, erfelijke factoren, en roken.

## KAN CELLULITIS BEHANDELD WORDEN ?

Door af te vallen en veel te sporten neemt de vetlaag af en de neemt de spiermassa toe, hierdoor gaat de huid er weer strakker uitzien.

Daarnaast bieden schoonheidsinstituten diverse behandelingen aan. Dat kan zijn een trainings- en voedingsprogramma onder begeleiding, maar ook massages van de huid met speciale oliën, en behandelingen met diverse apparatuur (ultrageluid, huid-bindweefselmassage apparatuur, infrarood, radiogolven). In de Verenigde Staten, maar inmiddels ook in Nederland wordt voor cellulitis in beauty-clinics een apparaat gebruikt dat infrarood licht (IR), bipolaire radiofrequentie (RF) en een bindweefselmassageroller combineert (de Velashape). Hiermee wordt de huid gemasseerd en verwarmd gedurende circa 35 minuten. Op het internet circuleren voor- en na foto's die een verbetering laten zien. Prijzen liggen in de range 650-750 euro voor 6-10 behandelingen.

