
ALOPECIA ANDROGENETICA BIJ VROUWEN

WAT IS ALOPECIA ANDROGENETICA ?

Er zijn verschillende soorten van haarverlies en kaalheid (zie de folder over [oorzaken van haaruitval](#)). De meest bekende is de **kaalheid van het mannelijke patroon** die bij sommige mannen bij het ouder worden ontstaat. De medische term daarvoor is **alopecia androgenetica**, in het Engels wordt het '**male-type alopecia**' of '**male-pattern baldness**' genoemd. De haren vallen uit onder invloed van het mannelijk hormoon testosteron. Ook vrouwen hebben testosteron in het bloed, de hoeveelheid is echter veel lager dan bij mannen. Alopecia androgenetica begint bij mannen aan de voorkant, waar inhammen kunnen ontstaan, en later worden mannen die hier last van hebben kaal bovenop het hoofd (zie de folder over [male-type alopecia](#)).

Ook vrouwen kunnen **alopecia androgenetica** krijgen. Dit gebeurt echter niet vaak. Dit type kaalheid bij vrouwen, waarbij de haren bovenop het hoofd dunner gezaaid zijn wordt soms '**male-type alopecia bij vrouwen**' genoemd, maar het wordt ook wel '**female-type alopecia**' genoemd, of '**haarverlies volgens het vrouwelijk patroon**', of 'alopecia androgenetica bij vrouwen'. Vrouwen worden meestal niet, zoals mannen, geheel kaal, maar de resterende haren hebben een dunnere structuur, zijn minder stevig en breken daardoor eerder af. De voorste haargrens valt niet uit zoals bij mannen.



Alopecia androgenetica bij vrouwen

WAT IS HAARVERLIES VOLGENS HET VROUWELIJKE PATROON ?

Haarverlies volgens het vrouwelijk patroon (HVP) is een erfelijk bepaalde vorm van haarverlies, waarbij de beharing boven op het hoofd dunner wordt. HVP komt op elke leeftijd vanaf de puberteit voor. Geschat wordt dat 3-6% van alle vrouwen jonger dan 30 jaar er last van heeft; van de vrouwen ouder dan 70 jaar heeft tenminste 1 op de 3 in meer of minder ernstige mate verdunning van het haar door HVP. De aandoening is volstrekt onschuldig en is meestal geen uiting van een ziekte. Bij HVP wordt de verdunning van het hoofdhaar in de loop van de jaren meestal erger. Hoe jonger de leeftijd waarop het haarverlies begint, des te erger is het beloop over het algemeen. Toch worden vrouwen eigenlijk nooit - zoals dat bij mannen wel vaak voorkomt - helemaal kaal!

HOE VERLOOPT DE HAARGROEI NORMAAL ?

Haren groeien in zogenaamde haarfollikels. Bij de geboorte bevat de (behaarde) hoofdhuid ongeveer 100.000 haarfollikels. In de loop van het leven neemt het aantal geleidelijk af. Elke haarfollikel kan in het leven ongeveer 10-30 keer achter elkaar een haar produceren. Elk van deze haarcycli heeft 3 fasen: anageen, katageen en telogeen. De anagene fase is de groeifase en duurt ongeveer 3 jaar. Vervolgens komt het haar in de katagene fase (overgangsfase van groei naar rust) die ongeveer 4 weken duurt. Daarna belandt een haar in de telogene fase of rustfase. Aan het eind van deze laatste fase van gemiddeld vier maanden valt het haar uit. Op dat moment is de nieuwe, anagene haar al weer aangelegd in de follikel en herhaalt de cyclus zich. Bij een volwassene verkeert ongeveer 85-90% van het hoofdhaar in de anagene groeifase. Per maand groeit het haar ongeveer één centimeter. Gemiddeld verliest een mens 50 tot maximaal 100 hoofdharen per dag.

HOE ONTSTAAT HAARVERLIES VOLGENS HET VROUWELIJKE PATROON ?

Bij haarverlies volgens het vrouwelijk patroon worden de haarfollikels steeds kleiner. Die haarfollikels produceren dan haren die dunner zijn en korter worden. Bovendien neemt het aantal haren in de groeifase af. Hierdoor kan de hoofdhuid niet meer voldoende bedekt worden en het haar ziet er dus dunner uit. Echt merkbare haaruitval treedt bij HVP niet zo vaak op.

Wat de exacte oorzaak is van de veranderingen die hierboven beschreven zijn is niet bekend. Erfelijke factoren spelen waarschijnlijk een rol; de aanleg kan zowel van de kant van de moeder als die van de vader overgeërfd worden. Tot voor kort dacht men dat HVP veroorzaakt wordt door mannelijke geslachtshormonen (alle vrouwen hebben deze hormonen van nature) en werd de aandoening Alopecia Androgenetica (alopecia = kaalheid na haaruitval, androgenetica = ontstaan door mannelijke hormonen) genoemd. Deze naam wordt ook tegenwoordig nog veel gebruikt.

Het is bekend dat vrouwen die te veel mannelijke geslachtshormonen hebben inderdaad dit type haarverlies kunnen krijgen. Verreweg de meeste vrouwen zijn echter verder gezond, hebben een normale hoeveelheid mannelijke geslachtshormonen en de rol van deze geslachtshormonen is niet helemaal duidelijk. Dat is dan ook de reden dat we deze aandoening tegenwoordig liever 'haarverlies volgens het vrouwelijk patroon' noemen.

WAT ZIJN DE VERSCHIJNSELEN ?

Bij de meeste vrouwen met HVP treedt er een geleidelijke verdunning van het hoofdhaar op, vaak in de loop van een aantal jaren. De verdunning van het haar is meestal het eerst zichtbaar op het voorste deel van het behaarde hoofd, waar de hoofdhuid geleidelijk aan steeds zichtbaarder wordt. In de loop van de tijd breidt het kalende gedeelte zich naar achter uit over de schedel. Het haar op het achterhoofd blijft normaal. Typisch voor HVP is dat de voorste haargrens meestal gespaard blijft. Helemaal kaal zoals mannen worden vrouwen eigenlijk nooit.

HOE WORDT DE DIAGNOSE GESTELD ?

Soms kan de dermatoloog op grond van de klachten en na beoordelen van het haar de diagnose al stellen. Eventueel kan de dermatoloog een aantal haren uit uw hoofd trekken (de zogenaamde haartrektest), het haar met een apparaatje scannen (een zogenaamde trichoscan), of twee plukjes haar met de microscoop willen bekijken (het zogenaamde trichogram). In een enkel geval wordt onder plaatselijke verdoving een stukje huid weggenomen (een biopsie). Bloedonderzoek naar hormonale afwijkingen is alleen nodig wanneer er aanwijzingen zijn dat een teveel aan mannelijke geslachtshormonen een rol speelt. Dat is bijvoorbeeld het geval wanneer er sprake is van een onregelmatig menstruatiepatroon, onvruchtbaarheid, ernstige acne ('jeugdpuistjes') op latere leeftijd, of haargroei op de kin of de bovenlip. Soms kan ook bloedonderzoek worden gedaan om andere oorzaken van haarverlies uit te sluiten.

WAT IS DE BEHANDELING ?

Sommige vrouwen zijn tevreden met de geruststelling dat hun haarverlies geen uiting is van een ernstige ziekte en dat ze zeer waarschijnlijk niet echt kaal zullen worden.

Voor diegenen die behandeld willen worden zijn er enkele mogelijkheden. Het is echter absoluut onmogelijk om het probleem definitief op te lossen in die zin dat het haar weer helemaal terugkomt en dat het nooit meer dunner wordt. Als er weer meer haar bijkomt door de behandeling dan is dat mooi meegenomen, maar de meeste vrouwen die aan HVP leiden zullen tevreden moeten zijn wanneer de verdunning niet erger wordt. Zelfs dat lukt lang niet bij iedereen en bovendien moet de behandeling meestal lang worden volgehouden. Stopt men met de therapie, dan is de kans groot dat het haar weer dunner wordt.

Minoxidil lotion

Bij HVP vermindert of voorkomt behandeling met minoxidil lotion bij ongeveer 60% van de vrouwen de verdere verdunning van het hoofdhaar en soms komen er wat meer haren bij. Die toename is echter bescheiden. Dat wil zeggen: zowel het aantal haren dat erbij komt is gering en vaak gaat het om relatief kleine haren die niet direct opvallen. Minoxidil lotion moet tweemaal daags op de droge hoofdhuid aangebracht en ingemasseed worden. Deze behandeling is veilig, maar geeft soms wat irritatie van de hoofdhuid. Ook een allergische reactie op minoxidil komt af en toe voor. Bij ongeveer 3-5% van de vrouwen die minoxidil op hun hoofd aanbrengen wordt een toename van haargroei in het gezicht gezien. Dit zal na het stoppen van de behandeling gelukkig weer verdwijnen. Minoxidil lotion wordt niet vergoed door de verzekering. Per maand is ongeveer 60 ml nodig bij uitgebreide HVP. Er is ook een lotion met 5% minoxidil. De 5% oplossing lijkt beter te werken dan de 2% lotion.

Tabletten tegen mannelijke geslachtshormonen

Veel vrouwen met HVP worden met de Diane-35® pil behandeld. Dit is een pil die de antimannelijke stof cyproteronacetaat bevat. Vaak wordt nog extra cyproteronacetaat (50-100 mg per dag, in de Diane-35® pil zit slechts 2 mg per dag) bij de Diane-35® pil gegeven. Die extra pil heet dan cyproteronacetaat en wordt ingenomen tijdens de eerste 10 dagen van de strip van Diane-35® pillen. Mogelijk remt dit bij de meeste vrouwen het proces van verdunning wel wat en stimuleert het de haargroei, hoewel dit nooit echt bewezen is. Het effect van andere tabletten die de (werking van) mannelijke geslachtshormonen tegengaan zoals spironolacton en flutamide is onvoldoende onderzocht. Finasteride is een middel dat effectief is bij mannen met haarverlies, maar onderzoek heeft de werkzaamheid bij vrouwen niet overtuigend aangetoond. Sommige dermatologen zien desondanks bij hun patiënten wel goede resultaten met dit middel. Vrouwen die zwanger worden als ze deze tabletten gebruiken hebben wel een zeer grote kans op aangeboren afwijkingen bij het kind. Wie zwanger wil worden of kan worden moet dit middel dan ook niet gebruiken.

Overige behandelmogelijkheden

Sommige haarcosmetica kunnen het haar wat voller laten lijken. Het haar zal als gevolg van het gebruik daarvan, of van bijvoorbeeld wassen, niet uitvallen. Haartransplantatie kan het aspect wat verbeteren en is nuttig voor vrouwen met beperkte HVP die niet reageren op andere behandelingen. Het is echter een dure en ingrijpende behandeling, die bovendien door een ervaren dermatoloog of chirurg moet worden uitgevoerd.

Ook zijn er voor vrouwen met zodanig dun haar dat de hoofdhuid zichtbaar is middelen die de hoofdhuid in de haarkleur verven, waardoor de suggestie van een dikkere beharing wordt gewekt.

Voor veel vrouwen met ernstige HVP is het dragen van een pruik of haarstukje een goede oplossing. Een pruik kan over het bestaande haar worden gedragen en het haarstukje kan daarin verweven worden. Meestal geeft de ziektekostenverzekeraar een gedeeltelijke vergoeding van de kosten.

Voorbeeld van kleursprays die hechten aan hoofdhuid en haren:



Patiëntenvereniging

Er is een patiëntenvereniging voor patiënten met alopecia androgenetica en andere vormen van kaalheid: [www.alopecia-vereniging.nl](http://www alopecia-vereniging.nl).

