
HANDECZEEM

WAT IS HANDECZEEM?

Eczeem is een ontsteking van de huid zonder dat er een bacteriële infectie aanwezig is. Net zoals eczeem in het algemeen, is handeczeem dan ook niet besmettelijk. Sommige vormen kunnen heel moeilijk te behandelen zijn en langdurig blijven bestaan. Bij de meeste vormen van handeczeem spelen verschillende factoren een rol. Deze factoren kunnen zowel van buitenaf als van binnenuit op de huid inwerken.

HOE ONTSTAAT HANDECZEEM?

Zoals gezegd zijn voor handeczeem verschillende oorzaken aan te wijzen:

- (langdurige) inwerking door irriterende en uitdrogende stoffen op de huid van de handen. Hiertoe behoren sappen van groenten en fruit, schoonmaakmiddelen, (af)wasmiddelen, zepen en water. Ook wrijving en lage luchtvochtigheid (winter) spelen een rol. Iedereen wordt hieraan in meer of mindere mate blootgesteld.
- een overgevoeligheid voor stoffen waarmee men in contact komt (allergisch contacteczeem), bijvoorbeeld nikkel, chroom (cement), rubber, of latex (handschoenen). Er treedt een "overgevoeligheids"-reactie in de huid op waarbij de afweer is ingeschakeld. Overgevoeligheid voor contactstoffen (ook wel contactallergenen genoemd) wordt aangetoond met plakproeven.
- een samenhang met constitutioneel eczeem. Het is bekend dat mensen met dit eczeem op volwassen leeftijd vaker handeczeem ontwikkelen, met of zonder contactallergie. Constitutioneel eczeem is een bijzondere vorm van eczeem, waarbij sprake is van een erfelijke aanleg om allergisch te reageren op bepaald stoffen, waarmee men via de leefomgeving in contact komt.
- Een bijzondere vorm van handeczeem is het eczeem dat gekenmerkt wordt door blaasjes en soms zelfs blaren in de handpalmen en/of tussen de vingers. Dit wordt dyshidrotisch of acrovesiculeus eczeem genoemd. Deze vorm van eczeem kan het gevolg zijn van een schimmelinfectie aan de voeten of (zelden) een bacteriële infectie elders in het lichaam. Heel vaak wordt geen duidelijke oorzaak gevonden.

WAT ZIJN DE VERSCHIJNSELEN?

Handeczeem kan acuut optreden of chronisch aanwezig zijn.

Acuut eczeem kenmerkt zich door roodheid, zwelling, bultjes, blaasjes en soms natte afscheiding. De blaasjes drogen uiteindelijk in tot schilfers en korstjes; de huid vervelt en de roodheid neemt af.

Bij een chronisch eczeem is de roodheid niet ernstig, staat de schilfering op de voorgrond en is de huid wat verdikt. De huidlijnen worden grover dan normaal. In de stugge en/of droge huid kunnen kloven ontstaan, wat aanleiding geeft tot pijnklachten.

Aangezien handeczeem gewoonlijk jeukt, zijn er zowel in de acute- als in de chronische fase vaak sporen van wrijven en krabben. Een ander kenmerk van handeczeem is verder dat vele van de hierbovengenoemde verschijnselen naast en na elkaar kunnen optreden.

BIJ WIE KOMEN DE VERSCHILLENDE VORMEN VAN HANDECZEEM VOOR?

Handeczeem komt vooral voor bij mensen die door hun beroep blootgesteld worden aan irriterende stoffen en uitdrogende stoffen. Tot deze beroepen behoren onder andere kappers, schoonmakers en mensen werkzaam in keukens en b.v. de gezondheidszorg. Andere beroepen met een verhoogd risico zijn metselaars, schilders, metaalbewerkers, vloerenleggers en mensen werkzaam in plantenkwekerijen en -handel.

HOE WORDT DE DIAGNOSE GESTELD?

Handeczeem wordt herkend aan de uiterlijke kenmerken van de huidaandoening. Het achterhalen van de mogelijke oorzaken is vaak een lange weg. Naast uitgebreide vragen over het beroep, de regelmaat van handen wassen, de hobby's en het wel of niet voorkomen van huidziekten of allergieën in de familie, is verder onderzoek naar de oorzaak veelal noodzakelijk.

Via plakproeven kan de huidarts onderzoeken of er stoffen (contactallergenen) zijn waarvoor u overgevoelig bent.

De te testen stoffen worden met pleisters op de rug geplakt en 2 dagen later weer verwijderd. Op die dag en 1 of 2 dagen daarna wordt de test afgelezen. Als het opgebrachte materiaal ter plaatse een eczeemreactie veroorzaakt, bent u overgevoelig voor de desbetreffende stof.

Ofschoon contactallergische factoren slechts in een minderheid van de gevallen een rol spelen bij het ontstaan van het handeczeem, is het van belang hier onderzoek naar te verrichten. Er kunnen dan zoveel mogelijk passende maatregelen worden genomen.

WAT IS DE BEHANDELING?

Naast de plaatselijke behandeling van het handeczeem is het naleven van algemene leefregels noodzakelijk. Deze bestaan uit het vermijden van irriterende en uitdrogende factoren, het regelmatig vet houden van de handen en het dragen van handschoenen bij contact met water en/of irriterende stoffen. Het vermijden van water en zeep en het soepel houden van de huid van de handen is van belang. Stoffen waarvoor men allergisch is dient men uiteraard te vermijden.

Handeczeem neigt tot uitdroging van de huid. Uitdroging ontstaat door waterdampverlies tengevolge van ontvetting. Om uitdroging tegen te gaan moet u de huid zo vet mogelijk houden. Ook als de huid er niet heel droog uitziet, doet u er verstandig aan de huid in te vetten. Daarvoor komen verschillende basiszalven in aanmerking: een vet crème (beetje vet), zalf (vet), of vetzalf (extra vet). Deze basiszalven kunt u zonder bezwaar net zo vaak gebruiken als u wilt. Zorg dat u altijd een tube bij u heeft en dat u op verschillende plaatsen in huis (badkamer, W.C.) een tube hebt liggen.

De plaatselijke behandeling van het handeczeem gebeurt op verschillende manieren, maar meestal zal hierbij een corticosteroïd houdende zalf of teerzalf gebruikt worden (zie ook folder "Corticosteroïden voor de huid"). Een andere behandelingsmogelijkheid is bestraling met UV-licht.

Bij eczeem met blaasjes en blaren komen ook regelmatige waterbaden (bijvoorbeeld 2-3x daags gedurende 10-15 minuten) in aanmerking. Teveel baden in water kan echter ongunstig zijn, omdat water niet alleen de blaasjes uitdroogt, maar ook de rest van de huid.

Bij uitgebreide en hevig verlopende vormen van handeczeem kan een korte kuur met corticosteroïd-tabletten het eczeem in korte tijd tot rust brengen. Er is ook een van vitamine A afgeleid geneesmiddel voor ernstig hand eczeem, genaamd Toctino (alitretinoïne).

WAT KUNT U ZELF NOG DOEN?

Het is zaak uw huid met "zachtheid te behandelen". Wassen met water en zeep is niet te vermijden, maar doe het met mate en gebruik zoveel mogelijk huidvriendelijke zeep. Door veelvuldig contact met water en agressieve stoffen (afwasmiddelen) kunnen er scheurtjes ontstaan in de huid. Hierdoor kan het eczeem weer opspelen. Probeer bij het wassen zo mogelijk alleen de binnenkant van de handen in te zepen. Spoel de handen goed af en dep ze droog, bij voorkeur met een droge schone handdoek. Maak bij het afwassen bij voorkeur gebruik van handschoenen of een afwasmachine.

Ook wrijven en krabben kunnen het eczeem verergeren of opnieuw doen ontstaan. Vanwege de jeuk is het vermijden ervan bij handeczeem niet altijd even eenvoudig.

Het is verstandig geen ringen te dragen. Hierdoor wordt irritatie vermeden van stoffen die zich onder de ring ophopen. Bovendien kunnen de vingers door het eczeem dikker worden, waardoor ringen gaan knellen en niet meer normaal verwijderd kunnen worden.

Bij schoonmaakwerkzaamheden of water-zeep-contact is het verstandig om plastic (PCV) handschoenen te dragen, met daarin katoenen "binnen"-handschoenen. Draag bij droge vieze werkzaamheden katoenen handschoenen. Bedenk da de handschoenen altijd van binnen schoon en droog behoren te zij. Probeer schoonmaakwerkzaamheden niet te lang achter elkaar te doen, maar verdeel ze over de dag en de week.

Bij schraal weer (koud, droog en winderig) kan het eczeem verergeren. Gebruik dus tijdig warme handschoenen en neutrale zalf om de huid vet te houden.

Is er sprake van contactallergie, dan moet u alle contacten met de stof(fen) waarvoor u allergisch bent zoveel mogelijk zien te vermijden. Dit is vaak gemakkelijker gezegd dan gedaan. Indien de contactallergie met uw werk te maken heeft, zal een aanpassing van uw beroep soms de beste oplossing zijn.

Daarnaast is het belangrijk de eczeem-huid zoveel mogelijk rust te geven. Ook al lijkt het dat de huid er normaal uitziet, in de meeste gevallen is de beschermende functie van de huid nog niet hersteld en duurt de genezing nog maanden. In die periode kan iedere willekeurige prikkel voldoende zijn om het eczeem opnieuw uit te lokken. Vooral bij jonge mensen met handeczeem is een beroepskeuze-advies een belangrijke vorm van preventie.

WAT ZIJN DE VOORUITZICHTEN?

Handeczeem heeft de naam hardnekkig te zijn. Handeczeem op de handrug is over het algemeen minder hardnekkig dan eczeem aan de handpalm. Toch nemen de klachten na verloop van tijd af of treedt bij veel patiënten genezing op, mede omdat het juiste onderzoek werd verricht en de juiste maatregelen werden genomen. Indien het handeczeem samenhangt met het beroep en indien veranderen van baan niet mogelijk is, heeft het een langdurig verloop.

