
PRURIGO NODULARIS

WAT IS PRURIGO NODULARIS ?

Prurigo nodularis is een huidaandoening waarbij hevig jeukende bulten ontstaan. Prurigo betekent jeuk, de toevoeging nodularis slaat op de bulten. Het wordt ook wel prurigo nodularis van Hyde genoemd, naar de arts die het voor het eerst heeft beschreven in 1909. Prurigo nodularis komt vooral voor bij volwassenen en het is een chronische aandoening. Het komt vaker voor bij vrouwen dan bij mannen.



HOE ONTSTAAT PRURIGO NODULARIS ?

Het is niet precies bekend hoe prurigo nodularis ontstaat. Een van de gedachte is dat het begint met alleen maar jeuk op één plek, of met een acuut opkomende jeukbult. Acute jeukbulten (prurigo acuta) kunnen opeens verschijnen, enkele of tientallen gelijk, en door allerlei oorzaken (insectensteken, allergie, eczeem, etc). Acute jeukbulten verdwijnen ook weer snel of worden kapotgekrabt. Sommige patiënten met prurigo nodularis hebben ook dit soort acute bultjes er tussen, of hadden dat in het begin. Voor veel patiënten is het onduidelijk wat er nu eerst was, de jeuk of de bulten.



Wat in ieder geval wel duidelijk is, is dat de harde bulten ontstaan door chronisch krabgedrag. De continue mechanische beschadiging van de jeukende plek leidt er toe dat er steeds meer littekenweefsel en bindweefsel ontstaat. Het kapotkrabben van de jeukende bult verlicht even de pijn maar in de genezingsfase gaat het toch weer jeuken en zo houdt de aandoening zichzelf aan de gang. Het krabben gebeurt ook onbewust of in de slaap, omdat de jeukprikkel automatisch een krabreflex uitlokt. Psychologische factoren, problemen, stress kunnen van invloed zijn, omdat die het krabgedrag kunnen verergeren. Daarnaast veroorzaakt prurigo nodularis ook stress en soms slaapproblemen. Mensen met een droge huid of eczeem kunnen ook prurigo nodularis krijgen, omdat ze veel last van jeuk hebben. Bij atopisch eczeem kan ook op latere leeftijd een prurigo nodularis beeld ontstaan met chronische jeukbulten en veel krabeffecten. Dit wordt ook wel prurigo van Besnier genoemd.

HOE ZIET PRURIGO NODULARIS ER UIT ?

De jeukbulten zijn enkele millimeters tot circa een centimeter groot en kunnen over het hele lichaam zitten, maar meestal op armen en benen. Armen en benen, vooral rond de polsen en de enkels zijn plekken waar vaak aan gekrabt wordt. De bulten zijn bolrond, vaak beschadigd door het krabben en hebben een rode, paarse, grijsblauwe of bruinige kleur. Ze voelen hard aan. En ze jeuken hevig. Na het wegkrabben van een bult ontstaan wonden en

littkens. Door het krabben ontstaan nieuwe bulten. Het geheel van het komen en gaan van jeukbulten kan jaren duren, het is een chronische huidaandoening.

IS PRURIGO NODULARIS BESMETTELIJK ?

Prurigo nodularis is niet besmettelijk, het wordt niet door een infectie veroorzaakt. Er bestaat wel een infectie die hevig jeukt en waarbij ook jeukbulten ontstaan, en dat is schurft. Schurft wordt vaak wel herkend op een gegeven moment, en dan behandeld.

HOE WORDT DE DIAGNOSE GESTELD ?

De diagnose wordt gesteld op het klinisch beeld, op hoe het er uitziet. Vanwege het typische beeld en de jeuk is het makkelijk te herkennen. Soms moet er een huidbiopt worden afgenomen om andere huidaandoeningen uit te sluiten. Daarnaast wordt vaak ook nader onderzoek gedaan naar een onderliggende oorzaak van jeuk. Er is bijvoorbeeld met bloedonderzoek vast te stellen of iemand een aanleg heeft voor atopisch eczeem. En er zijn enkele afwijkingen die jeuk veroorzaken, zoals leverziekten en nierziekten, die met behulp van een bloedonderzoek op te sporen zijn. Meestal ziet men prurigo nodularis zomaar, of bij een droge huid of atopie en levert bloedonderzoek geen verdere aanknopingspunten op.

HOE WORDT PRURIGO NODULARIS BEHANDELD ?

Er moet een behandeling worden ingesteld die de jeuk vermindert, en daarnaast moet u proberen om zo min mogelijk te krabben. Alleen door deze beide maatregelen is het mogelijk om de vicieuze cirkel te doorbreken. Het is heel moeilijk om niet te krabben als de huid jeukt, maar door krabben wordt prurigo nodularis alleen maar erger. Als de opengekrabde wondjes genezen, dan gaat de huid ook vaak weer jeuken.

Er zijn verschillende mogelijkheden om de jeuk te behandelen:

- Vette huidverzorgende crèmes. Een droge huid gaat jeuken, dus de huid moet altijd goed verzorgd zijn met vette of vochtinbrengende crèmes.
- Lokale corticosteroiden in de vorm van een crème of een zalf. Lokale corticosteroiden zijn krachtige remmers van eczeem en jeuk. Eventueel kan de crème worden afgedekt met een speciale pleister (een hydrocolloid pleister, zie de folder over hydrocolloïden). Afdekken met een pleister voorkomt dat er aan gekrabbt wordt maar zorgt er ook voor dat de steroïden extra goed doordringen in de huid. Corticosteroiden kunnen eventueel ook rechtstreeks in de prurigo nodularis bulten worden ingespoten bij hardnekkige gevallen (mits het er niet teveel zijn).
- Anti-jeuk tabletten (antihistaminica).
- Lichttherapie, behandeling met UVB-licht in lichtcabines.
- Bevriezen met vloeibare stikstof.

Bij onvoldoende effect en ernstige jeuk zijn er ook nog enkele zwaardere middelen die kunnen worden voorgeschreven zoals thalidomide, ciclosporine of azathioprine. Deze medicijnen kunnen ook veel bijwerkingen hebben dus zullen niet lichtvaardig worden gegeven. Thalidomide dient minimaal 6 maanden te worden gebruikt. Het middel, vroeger bekend als softenon, is erg schadelijk voor de ongeboren vrucht; vrouwen mogen dus absoluut niet zwanger worden. Ook kan het zenuwen aantasten, waardoor klachten zoals gevoelstoornissen en spierzwakte kunnen optreden.

Ook antidepressiva kunnen helpen, evenals psychologische begeleiding om te leren om te gaan met jeuk en trucs aan te leren om niet te gaan krabben.

WAT ZIJN DE VOORUITZICHTEN ?

Als het lukt om er niet meer aan te krabben, dan kan prurigo nodularis genezen. De behandeling met crèmes en andere middelen moeten de jeuk dempen, maar het stoppen met krabben zult u zelf moeten doen. Blijft u krabben, dan gaat het niet over en kan het jarenlang duren en grote schade aanrichten aan de huid.

WAT KUNT U ZELF NOG DOEN ?

Voorkom uitdroging van de huid, niet te heet douchen, na het douchen een goede vochtinbrengende lotion of vetcrème gebruiken. Probeer niet te krabben. Houd uw nagels kort zodat u de plekken niet open krabt.

