

# Actinische keratosen

---

*Zonbeschadiging, zonnenschade*

## ■ Wat zijn actinische keratosen?

Actinische keratosen zijn plekjes op de huid die ontstaan door schade van zonlicht. Deze plekjes ontstaan op delen van het lichaam die vaak in de zon zijn geweest. Ze komen vooral voor in het gezicht en op de bovenkant van de handen. Het kan een begin zijn van huidkanker.

## ■ Hoe zien actinische keratosen eruit?

Actinische keratosen zien er gewoonlijk uit als ruwe plekjes op de huid. De kleur is meestal huidkleurig tot rood of bruin. De grootte kan wisselen van enkele millimeters tot enkele centimeters. De plekjes zitten vooral op:

- Het gezicht
- De hoofdhuid
- De bovenkant van de handen
- De onderste helft van de armen
- Het decolleté (de borst) bij vrouwen.

In het begin zijn de plekjes beter te voelen dan te zien. Mensen met actinische keratosen geven vaak aan dat op dezelfde plek steeds opnieuw harde schilfers ontstaan. Soms zijn de plekjes gevoelig als ze aangeraakt worden. Vaak zijn er meerdere plekjes te zien.

## ■ Hoe krijgt u actinische keratosen?

U krijgt actinische keratosen door de zon of de zonnebank. Naast de hoeveelheid zon die u heeft gehad, is het ook van belang wat voor type huid u hebt. Iemand met een lichte huid (blond / rood haar en blauwe ogen) heeft meer kans op actinische keratosen dan iemand met een donkere huid en donker haar. Hoe ouder u bent, hoe meer kans u heeft op het krijgen van actinische keratosen. Tot 80% van de mensen boven de 60 jaar met een lichte huid heeft actinische keratosen.

## ■ Hoe weet uw arts of u actinische keratosen heeft?

Uw arts kan aan de plekjes op uw huid zien of u actinische keratosen heeft. Soms wil de arts zeker weten of er geen sprake is van een andere ziekte van de huid. Dan zal de arts een klein stukje huid wegnemen (biopt) om dit stukje huid te laten onderzoeken. Voor het wegnemen, wordt uw huid plaatselijk verdoofd.

## ■ Moet u behandeld worden voor actinische keratosen?

Ja, behandeling van actinische keratosen is nodig. Na verloop van jaren kunt u in deze plekjes huidkanker krijgen.

## ■ Welke behandelingen van actinische keratosen zijn er?

Er zijn verschillende mogelijkheden:

### ■ Bevriezen

De arts bevriest de plekjes met vloeibare stikstof. Dit gebeurt meestal als u maar een enkel plekje op de huid heeft. Soms ontstaat er op de plek waar de huid bevroren was een wit litteken.

### ■ Crème (imiquimod of 5-fluorouracil)

U krijgt van uw arts een crème als u veel plekjes op de huid heeft. De crème moet u een paar weken lang op de huid smeren. Door het gebruik van de crème worden de actinische keratosen kapot gemaakt. Door deze behandeling lijkt het alsof de actinische keratosen eerst erger worden voordat het beter wordt. Na de behandeling gaat dit helemaal over.

### ■ Fotodynamische behandeling

Als u veel plekken op uw huid heeft of grote plekken, kan de arts ook besluiten om u een fotodynamische behandeling te geven (officieel heet dit PDT: photodynamic therapy). Dit betekent dat uw arts een speciale crème op de actinische keratosen smeert, die de onrustige cellen gevoelig maakt voor licht. Enkele uren daarna wordt met een speciale lamp licht op de actinische keratosen gescheten. Hierdoor worden de actinische keratosen kapotgemaakt. Deze behandeling kan pijn doen. Ook de dag na de behandeling kunt u nog pijn hebben. Ook na deze behandeling ziet de behandelde huid er eerst slechter uit voor het beter wordt.

### ■ Chemische peeling

Als u heel veel actinische keratosen verspreid over het gezicht heeft, kan de huid behandeld worden door een chemische peeling. Bij deze behandeling krijgt u chemische middelen op de huid gesmeerd waardoor er een dun laagje (de opperhuid) van de huid weggehaald wordt. Na enkele dagen krijgt u een gladdere huid terug.

## ■ Wat kunt u zelf nog doen?

- Als u in de zon komt, bescherm uw huid dan door het dragen van kleding met lange mouwen en draag bijvoorbeeld een hoed of pet
- Maak geen gebruik van een zonnebank
- Gebruik een crème tegen zonnebrand met een hoge beschermingsfactor (factor 20 of hoger). Denk eraan dat een zonnebrandcrème (ook wel antizonnebrandcrème of zonnemelk genoemd) niet bedoeld is om langer in de zon te kunnen blijven, maar om de huid te beschermen als u in de zon bent.

## ■ Hoe groot is de kans op het krijgen van huidkanker?

Na verloop van jaren kan er, zoals u hierboven heeft gelezen, in actinische keratosen huidkanker ontstaan. Deze vorm van huidkanker heet plaveiselcelcarcinoom (zie ook de folder Plaveiselcelcarcinoom. De kans dat u huidkanker krijgt, wordt geschat op 5 tot 10%. Er kunnen steeds nieuwe actinische keratosen ontstaan. Als uw huid in het verleden beschadigd is door de zon, blijft deze schade altijd bestaan. Mensen die veel actinische keratosen hebben, moeten deze plekjes hun leven lang, regelmatig door de arts laten controleren en behandelen.

## ■ Meer informatie

Voor meer informatie over de zon, zie de folder Zonlicht en de huid: verstandig omgaan met de zon.

---

*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](http://www.nvdv.nl)



---

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

[www.huidpatienten-nederland.nl](http://www.huidpatienten-nederland.nl)



## ■ Afbeelding



---

*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](http://www.nvdv.nl)



---

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

[www.huidpatienten-nederland.nl](http://www.huidpatienten-nederland.nl)

