

Dermatologie  
040 286 4862

### **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 krijg je actinische keratosen?**

Je krijgt actinische keratosen door de zon of de zonnebank. Naast de hoeveelheid zon die je hebt gehad, is het ook van belang wat voor type huid je 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 je bent, hoe meer kans je hebt op het krijgen van actinische keratosen. Tot 80% van de mensen boven de 60 jaar met een lichte huid heeft actinische keratosen.

### **Hoe weet jouw arts of je actinische keratosen hebt?**

Jouw arts kan aan de plekjes op jouw huid zien of je actinische keratosen hebt. 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 jouw huid plaatselijk verdoofd.

### **Moet je behandeld worden?**

Er is een aantal redenen om te behandelen:

#### **Je hebt er last van**

Sommige mensen krijgen jeuk of een geïrriteerd gevoel. Anderen hebben er cosmetische klachten van.

#### **Om de kans op het ontstaan van huidkanker te verkleinen**

Actinische keratosen, maar ook een zonbeschadigde huid, geven een hogere kans op huidkanker. Deze schade is ontstaan door al het teveel aan zonlicht dat vanaf de geboorte tot nu op de huid heeft geschonden. Ook veel zonverbranding in het verleden geeft meer kans op huidkanker.

### **Welke behandelingen zijn er?**

Er zijn verschillende mogelijkheden:

#### **Bevriezen**

De arts bevriest de plekjes met vloeibare stikstof. Dit gebeurt meestal als je maar een enkel plekje

op de huid hebt. Soms ontstaat er op de plek waar de huid bevroren is geweest een witte verkleuring van de huid. Direct na bevriezen kan de huid rood en pijnlijk worden. Ook kan er een blaas of een bloeditstorting ontstaan.

### **Crème / gel (imiquimod of 5-fluorouracil)**

Je krijgt van jouw arts een crème of een gel als je veel plekje op de huid hebt. De crème of gel moet je enkele dagen tot een paar weken lang op de huid smeren volgens de instructies van de arts. Door het gebruik van de crème of gel worden de actinische keratosen kapot gemaakt. Door deze behandeling lijkt het alsof de actinische keratosen eerst erger worden voordat verbetering intreedt. Na de behandeling gaat dit helemaal over.

### **Fotodynamische behandeling**

Als je veel plekken op jouw huid hebt of grote plekken, dan kan de arts ook besluiten om je een 'fotodynamische behandeling' te geven (officieel heet dit PDT: photodynamic therapy). Dit betekent dat een speciale crème op de actinische keratosen wordt gesmeerd, die de onrustige cellen gevoelig maakt voor licht. Enkele uren daarna wordt met een speciale lamp licht op de actinische keratosen geschoten. Hierdoor worden de actinische keratosen kapot gemaakt.

Deze behandeling kan soms pijnlijk zijn. Ook de dag na de behandeling kun je nog pijn hebben. Na deze behandeling ziet de behandelde huid er eerst slechter uit voor het beter wordt.

### **Overige behandelingen**

Soms wordt gekozen voor andere manieren van behandeling zoals chemische peeling, ablatieve laser, curettage of daglicht PDT.

### **Wat kun je zelf nog doen?**

- Als je in de zon komt, bescherm jouw 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 je in de zon bent.

### **Hoe groot is de kans op huidkanker?**

Na verloop van jaren kan, zoals je hierboven hebt gelezen, in actinische keratosen huidkanker ontstaan. Deze vorm van huidkanker is het plaveiselcelcarcinoom (zie ook de folder 'Plaveiselcelcarcinoom'). Deze kun je aan jouw arts vragen of downloaden via [www.annaziekenhuis.nl](http://www.annaziekenhuis.nl)). Deze plekken zijn meestal dikker en pijnlijk.

De kans dat je huidkanker krijgt, schat men op 5 tot 10%.

Er kunnen steeds nieuwe actinische keratosen ontstaan. Als jouw huid in het verleden beschadigd is door de zon, blijft deze schade altijd bestaan.

Mensen die veel actinische keratosen hebben, doen er verstandig aan deze plekken 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'.

### **Heb je nog vragen?**

Deze informatie is niet bedoeld als vervanging van de mondelinge informatie, maar als aanvulling daarop. Hierdoor is het mogelijk om alles nog eens rustig na te lezen.

Heb je vragen, neem dan contact op met de:

Polikliniek dermatologie, telefoonnummer 040 - 286 48 62.

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.

Wil je deze informatie online bekijken ga dan naar  
[www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/der019-actinische-keratosen/](http://www.annaziekenhuis.nl/medische-informatie/der019-actinische-keratosen/)

Of scan met je telefoon of tablet de QR-code.



DER019  
25-05-2022