

Litteken-therapie

Littekens ontstaan wanneer de wondgenezing verstoord raakt door onder andere infecties, krabben of slechte doorbloeding van het wondgebied.

Er zijn verschillende soorten littekens te onderscheiden. De huidtherapeute kan tijdens het consult gesprek de verschillen tussen de soorten littekens weerleggen.

Een wond geneest in verschillende fasen:

- **Ontstekingsfase:** collageenvezels en littekenweefsel worden aangemaakt om de wond af te sluiten. Alvorens de wond dicht is, wordt de wond gereinigd door het lichaam. De ontstekingsfase duurt gemiddeld 1 tot 4 dagen. Kenmerkend is de roodheid van en rondom de verwonding.
- **Regeneratiefase:** naast collageenvezels gaan ook andere beschadigde onderdelen van de huid zich herstellen, zoals lymfevaten, bloedvaten en zenuwen. Deze fase duurt van de 4e tot de 21e dag na de verwonding. Tijdens deze fase is er roodheid te zien, alleen minder rondom het litteken.
- **Rijpingsfase:** vanaf de 21e dag. Een litteken kan genezen tot anderhalf jaar na verwonding. Veranderingen die in de loop van de tijd optreden, zijn: minder roodheid, soepeler, oppervlakkiger gelegen.

Invloedfactoren:

- **De leeftijd**
De wondgenezing duurt langer bij de oudere huid. De jongere huid echter, geneest sneller,
- **maar heeft daarbij ook de kans om teveel “nieuw huid” te vormen; hierdoor kunnen er grotere en dikkere littekens ontstaan.**
- **Erfelijke factoren en huidskleur**
Mensen met een gekleurde huid (bijv. negroïden of Aziaten) hebben een verhoogd risico op het ontwikkelen van abnormale littekens, zoals een keloïd.
- **Lokalisatie**
Een littekens dat gelegen is over gespierde en beweeglijke lichaamsdelen zoals, de (boven)rug, de schouders, en over de gewrichten kunnen gemakkelijker uitrekken waardoor het litteken wijder wordt en daardoor beter te zien.
- **Bijkomende wondinfectie**
Wanneer de wond gecompliceerd wordt door een (bacteriële) infectie is de kans ook groter op een abnormaal litteken.

Vormen

- **Hypertrofisch litteken**
Een hypertrofisch (= Latijns, betekent “verdikt”) litteken komt meestal voor bij jonge mensen, met name na brandwonden en bij mensen met een donkere huid. Dit type litteken is meestal rood, verdikt en verheven en kan ook jeuk geven of pijn doen. Een belangrijk kenmerk is echter dat de grootte van het litteken niet de begrenzingen van het oorspronkelijke verwonding overtreft. Een hypertrofisch litteken kan spontaan genezen, hoewel dit soms jaren kan duren
- **Keloïd**
Een keloïd kan op iedere leeftijd voorkomen, maar neigt eerder te ontstaan bij jongere mensen en bij mensen met een donkere huid. Het gaat hierbij om een abnormaal verdikt, litteken dat groter is dan de oorspronkelijke verwonding. Een keloïd kan ontstaan na iedere vorm van huidbeschadiging, bijv. operatiewond, brandwond, vaccinaties, tatoeages, piercings of acné littekens.
- **Atrofische litteken**
Dit litteken is meestal klein, rond en ligt wat verzonken in de huid. Als er meerdere zijn ontstaat er in de huid de bekende “putjes effect”. Dit type litteken ontstaat wanneer het normale genezingsproces wordt verstoord waardoor er onvoldoende nieuw huidmateriaal wordt aangemaakt. Bekend voorbeelden zijn de atrofische littekens bij acné en na waterpokken.
- **Littekens kunnen bovendien samengetrokken of verkleefd zijn waardoor ze pijnklachten of bewegingsbeperking veroorzaken. Bij brandwonden komt vaak een combinatie van al deze factoren voor.**

Behandel mogelijkheden

Littekentherapie:

Door middel van massagetechnieken kan een verkleefd litteken van de onderhuid losgemaakt worden. Als het litteken hierdoor soepeler wordt zal de doorbloeding in de directe omgeving van het litteken gestimuleerd worden en de stofwisseling verbeteren. Hierdoor kan vermindering van jeuk, pijn, roodheid en verdikking optreden. Bewegingsbeperkingen kunnen verminderd worden door de opheffing van de verkleving met de onderlaag.

Ook hypertrofische littekens (verdikte littekens) zijn te behandelen. Meestal wordt er dan gebruik gemaakt van littekenmassage in combinatie met siliconenpleisters. De siliconenpleister wordt meerdere weken tot maanden een groot gedeelte van de dag op het litteken gedragen. Hierdoor wordt het litteken dunner en soepeler.

Endermotherapie:

Door middel van een apparaat met rollers wordt de huid opgepakt waardoor verklevingen los komen en verhard bindweefsel soepeler wordt gemaakt.

Fruitzuurbehandeling:

Door het toepassen van glycolzuur op de huid vindt er een dieptereiniging plaats. De fruitzuren dringen diep in de huid door, waardoor afschilfering van dode huidcellen plaats vindt.

Fruitzuurbehandelingen kunnen zowel thuis als in de praktijk toegepast worden. Speciaal voor thuisgebruik zijn twee fruitzuurcrèmes ontwikkeld met percentages van 5% en 10% die de patiënt veilig en zonder risico thuis kan gebruiken. In de praktijk worden hogere doseringen gebruikt, namelijk 50% en 70%. Uitsluitend huidtherapeuten en (huid)artsen mogen met deze hoge percentages behandelen.

Microdermabrasie:

Tijdens de microdermabrasie behandeling wordt middels diamant de bovenste huidlaag verdund. De dieptewerking is afhankelijk van de ingestelde zuigkracht van de vacuümpomp, de gebruikte behandelkop en het aantal streken over hetzelfde gebied.

Thuisadviezen

Ter bevordering van een goede genezing van het litteken, wordt in bepaalde gevallen het gebruik van siliconenmaterialen aanbevolen. Klinische studies hebben uitgewezen dat siliconenmaterialen littekens vlakker en soepeler maken, jeuk en irritaties verminderen en verkleuring opheffen. Om het genezingsproces te bevorderen, kan de patiënt ook speciale verzorgingsproducten gebruiken. Ook kan u zelfmassage worden aangeleerd.

Contact

Voor meer informatie kunt u bellen of mailen naar :

Marita Derikx-van Bergen
derikxm@gmail.com

Baand 22a Neer
Kerkstraat 20b Roggel
Burg. Aquariusstraat 27 Haelen

Tel. 0475-593423

Praktijk voor Huid- en Oedeemtherapie



Informatie over behandelingen in deze praktijk