

Littekens



HUIDTHERAPIE prisma

Er bestaan verschillende soorten littekens, waaronder atrofische-, hypertrofische-, keloïd- en automutilatielittekens. Tevens kan er sprake zijn van 'normale' littekens, die ontstaan bij de wondgenezing na een ongeval of operatie.

Atrofische littekens

Wanneer een litteken is 'ingezonken' in de huid wordt het een atrofisch litteken genoemd. Er is hierbij sprake van een weefseltekort, waardoor de huid dunner oogt. Dit duidt op een verminderde aanmaak van bindweefsel tijdens de wondgenezing. Meestal ontstaan deze littekens door ontstekingen, zoals bij acnelittekens of littekentjes veroorzaakt door waterpokken. Het kan ook ontstaan na het chirurgisch verwijderen van huidaandoeningen.

Hypertrofische littekens

Wanneer een litteken 'verheven' is wordt het een hypertrofisch litteken genoemd. Er is hierbij sprake van een weefseloverschot, waardoor het litteken boven het huidniveau ligt. Het litteken voelt hard aan, kan jeuken en is vaak rood van kleur. Er is sprake van een verhoogde bloedvoorziening en een overschot aan bindweefselcellen. De kans op hypertrofische littekens is groter bij een donkere huid, men vermoedt dat pigmentcellen een rol spelen in de verstoorde wondgenezing.

Keloïd litteken

Een goedaardig gezwel van littekenweefsel wordt een keloïd litteken genoemd. Het verschil met een hypertrofisch litteken is dat het littekenweefsel tot buiten de wondranden groeit. Behandeling van een keloïd litteken vindt plaats bij de dermatoloog.

Automutilatie littekens

Littekens veroorzaakt door zelfbeschadiging worden automutilatie littekens genoemd. Of er wel of geen littekenweefsel wordt gevormd ligt aan de diepte en grootte van de huidbeschadiging. Bij een verstoorde wondgenezing kunnen littekens ontstaan.

Normale littekens

Normale littekens ontstaan bij de wondgenezing na een ongeval of operatie. In dit laatste geval worden het ook wel chirurgische littekens genoemd. De huid heeft bindweefsel aangemaakt om de wond te herstellen. Deze littekens geven geen fysieke klachten, maar kunnen wel cosmetisch storend zijn.

Meer informatie over het ontstaan van acnelittekens leest u in de folder 'Acnelittekens'.

Behandeling:

Er zijn diverse mogelijkheden om littekens te behandelen, waaronder littekenmassage, camouflage, het aanbrengen van siliconetherapie, chemische peelings en Fractional laserbehandeling.

Littekenmassage

Littekens kunnen gaan trekken, vastzitten, irriteren of dik worden. Hierdoor wordt de beweging beperkt of ontstaat er pijn. Wij kunnen door middel van massage een litteken losser en soepeler krijgen. Door tijdens de massage het litteken te prikkelen worden alle huidlagen optimaal aan het werk gezet. De huid kan weer nieuwe cellen en collageen aanmaken, waardoor het litteken normaliseert. Het is belangrijk om u te realiseren dat littekenweefsel nooit volledig zal verdwijnen.

Littekenmassage is erop gericht het litteken lossen en meer op huidniveau te krijgen en minder opvallend te maken.

Aantal behandelingen:

Gemiddeld zijn er 5 behandelingen nodig voor zichtbaar behandelresultaat. Dit is afhankelijk van de ernst van de fysieke beperkingen (veroorzaakt door het litteken), evenals de voortgang van de wondgenezing en achterliggende factoren.

Siliconetherapie

Siliconetherapie bestaat uit het aanbrengen van siliconengel of siliconenpleisters. Siliconen zorgen voor een optimale hydratatie van het littekenweefsel. Dit ondersteunt het snel uitrijpen van littekens. Klachten als jeuk en pijn worden binnen enkele dagen verlicht of verdwijnen zelfs. Tussen de twee en vier maanden is het effect zichtbaar; het litteken wordt soepeler, vlakker en minder rood. Door de druk van siliconenpleisters wordt littekenvorming teruggedrongen. De pleisters bieden hoge UV-bescherming en voelen prettig aan dankzij een rekbare toplaag. Tevens blijven ze goed zitten bij beweging. De keuze voor een gel of pleister is afhankelijk van persoonlijke voorkeur, evenals de locatie en grootte van het litteken. Vaak wordt voor de gel gekozen bij de behandeling van littekens op zichtbare plaatsen, zoals het gelaat. Ook bij littekens op beweegbare plaatsen, denk aan gewrichten, heeft siliconengel de voorkeur. Siliconenpleisters zijn makkelijker in gebruik bij grote littekens of littekens die op minder zichtbare plaatsen zitten.

De huidtherapeut leert u aan hoe u de siliconengel- of pleisters zelf gemakkelijk en pijnloos kunt aanbrengen.

Chemische peelings

Peelings zijn vloeistoffen die uit natuurlijke zuren bestaan. Deze zuren hebben het vermogen om dode huidcellen te verweken waardoor de huid sneller afschilfert. Op deze manier wordt de huid gestimuleerd om nieuwe cellen aan te maken. Bij Huidtherapie Prisma werken wij met Lira Clinical Peelings. Er zijn zeven soorten peelings die ingezet kunnen worden bij diverse huidandoeningen, waaronder oppervlakkige littekens. Denk hierbij aan littekens die zijn ontstaan door ontstekingen, zoals door acne of waterpokken. De peelings zijn erop gericht de aanmaak van collageen en elastine te stimuleren. Tevens verbetert het de huidfunctie. Lira peelings bevatten geen parabenen en zijn geschikt voor zowel lichte als donkere huidtypen.

Na de behandeling kan de huid er rood uitzien en strak aanvoelen. Vaak ontstaat er binnen 1-3 dagen droogheid en schilfering. De hersteltijd na een peeling varieert van 5-7 dagen.

Aantal behandelingen:

De peelings worden in kuurvorm toegepast. Gemiddeld zijn er 3-6 peelings nodig om een zo goed mogelijk resultaat te behalen. De peelings kunnen elke twee tot vier weken worden toegepast. Om behaalde resultaten te behouden is het raadzaam om met enige regelmaat een peeling te laten toepassen.

Fractional laserbehandeling

Voor de behandeling van acnelittekens maken we gebruik van de gefractioneerde Erbium:Glass laser (M22 ResurFX Fractional laser). Deze laser wordt vooral ingezet bij acnelittekens, maar kan ook mooie behandelresultaten geven bij chirurgische-, atrofische-, hypertrofische-, en automutilatielittekens.

Meer informatie over de laserbehandeling van littekens leest u in de folder 'Acnelittekens'.

Adviezen voor thuis:

Een vers litteken heeft minimaal een jaar de tijd nodig om uit te rijpen. Om de wondgenezing zo goed mogelijk te ondersteunen is het noodzakelijk dat u ook thuis op een aantal zaken let:

- ✓ Direct na sluiting van de wond kan het litteken worden ingesmeerd met littekencrème
- ✓ Maak de huid zelf soepel door elke dag het litteken minimaal 10 minuten te masseren
- ✓ Bescherm uw huid met zonbeschermingsfactor 30 of hoger

Vergoedingen en tarieven:

Littekenmassage wordt meestal vergoed vanuit uw aanvullende verzekering en valt buiten uw eigen risico. Controleer eerst uw polis op vergoeding.