

Huidveroudering

Huidveroudering uit zich in de vorm van solaire elastose, rimpels, lentigo solaris, atrofie van de huid en de aanwezigheid van actinische keratosen en basaalcelcarcinomen. Bij solaire elastose is de huid verdikt en geel. Als er een biopt in deze huid wordt afgenomen zijn de elastine vezels onregelmatig verdikt en verhoogd in aantal. Deze elastine vezels breken af in een wirwar van tropelastine en fibrilline structuren.

Huidveroudering kan gemeten worden door middel van de Glogeau schaal en wordt veel gebruikt om te bepalen welk type behandeling voor de betreffende cliënt nodig is. De Glogeau schaal is een foto veroudering classificatie. Foto veroudering betekent veroudering door de zon.

Typen

De huidkenmerken bij foto veroudering type I bestaan uit het ontbreken van rimpels, geringe pigmentveranderingen, geen verrucae seborrhoicae en meestal zijn het mensen in de leeftijdsgroep tussen de 20 en 30 jaar. De huidkenmerken bij foto veroudering type II bestaan uit rimpels bij het bewegen van de spieren in het gezicht, kleine zichtbare lentigenes (bruine maculae), verrucae seborrhoicae zijn voelbaar maar niet zichtbaar, lachrimpels beginnen te verschijnen en het betreft mensen in de leeftijdsgroep tussen de 30 en 40 jaar. De huidkenmerken bij foto veroudering type III bestaan uit rimpels in rust, duidelijke kleurverschillen in het gezicht, teleangiëctastieën, zichtbare verrucae seborrhoicae en dit betreft patiënten tussen de 50 en 60 jaar. De huidkenmerken bij foto veroudering type IV bestaan uit rimpels over het gehele gezicht, geel grijze



kleur van de huid, voorgeschiedenis van kwaadaardige huidtumoren en het betreft mensen in de leeftijdsgroep tussen de 60 en 70 jaar.

Voorkomen

In het artikel van de *Schoonheidsspecialist* maart 2008 werd al beschreven welke strategieën kunnen worden toegepast om dit te voorkomen. Namelijk de primaire strategie bestaande uit fotoprotectie door het gebruik van anti-zonnebrand middelen met een hogere factor, de secundaire strategie bestaande uit retinoïnezuren oftewel de vitamine A-zuur afgeleiden, waaronder retinol, antioxidanten, zoals vitamine C, estrogene, groeifactoren en cytokines (cytokines zijn signaal stoffen). De tertiaire strategie bestaat uit het toepassen van chemische peelingen, microdermabrasie, laserbehandeling, botuline behandeling en het toepassen van fillers. (Photoageing: Mechanisms and repair JAAD 2006: 55: 1-19). De *Consumentenbondgids* van 2011 vermeldt dat het soort antizonnebrandcrème niet uit maakt, de goedkope producten werken net zo goed als dure. Dure merken beschermen net zo goed als goedkope producten.

Vitamine D

Echter sinds 2010 is bekend dat vitamine D beschermt tegen darmkanker. Daarnaast geeft deficiëntie en insufficiëntie kans op het ontstaan van Engelse ziekte, botmisvormingen, osteoporose, verhoogde kans op prostaatacarcinoom en fibromyalgie. Een normale spiegel geeft extra bescherming tegen het ontstaan van een milde hoge bloeddruk, dikkedarmkanker en multipele sclerose. ("The vitamin D questions: How much do you need and how should you get it?" JAAD 2006: 301-17) Met andere woorden is het wel zo verstandig om te adviseren om dagelijks antizonnebrand te gebruiken? Het is belangrijk om te realiseren dat vitamine D zowel in de huid wordt geproduceerd en door het lichaam opgenomen. Vitamine D komt in twee vormen in de natuur voor namelijk D₂ in planten, ergocalciferol en D₃ in vette vis en lever, cholecalciferol.

Blootstelling

Het lichtspectrum voor een goede vitamine D-productie in de huid ligt tussen de 290 en 320 nanometer en is hetzelfde spectrum dat een risico

Verdiepende Opleidingen Dermatologie voor schoonheidsspecialisten U-Consultancy

Basisopleiding Dermatologie

- Brasschaat, 23 en 24 maart 2015
- Riethoven, 3 september en 15 oktober 2015
- Katwoude, 7 september en 26 oktober 2015
- Zwolle, 10 september en 1 oktober 2015

Vervolgopleiding Dermatologie

- Katwoude, 30 maart en 11 mei 2015
- Dalftsen, 21 maart en 11 april 2015
- Zwolle, 3 en 24 november 2015
- Riethoven, 5 en 26 november 2015
- Katwoude, 16 en 30 november 2015
- Brasschaat, 17 en 18 november 2015
- Bunnik, 2 september, 16 september, 30 september en 14 oktober 2015

Masterclass Dermatologie (per module te volgen na behalen van de vervolopleiding dermatologie)

- Module Teledermatologie, 20 maart 2015
- Module Cosmeceuticals, 9 april 2015
- Module Medische communicatie en dossiervorming, 15 juni 2015

- Specialisatie Acne medisch bekeken, 8 juni, 7 september, 21 september en 5 oktober 2015
- Specialisatie Medische camouflage, 18 juni, 3 september, 24 september en 8 oktober 2015
- Specialisatie ontharingstechnieken. Elektrisch ontharen, diathermie- en Blendmethode, 22 september, 12 oktober, 9 november, 23 november, 14 december 2015 en 11 januari 2016
- Module Signalering en preventie van huidkanker, 26 november 2015
- Module Teledermatologie, 6 november 2015
- Module Cosmeceuticals, 3 december 2015
- Module Behandeling van littekens, 17 september 2015

Opfrisdag Dermatologie

Bunnik, 22 juni 2015

Meer informatie en aanmelden:

www.uconsultancy.nl

U-Consultancy, Postbus 7060, 3430 JB Nieuwegein,

tel: 030-6044170 / info@uconsultancy.nl

vormt voor het ontstaan van huidkanker. Bij mannen met een Fitzpatrick huidtype III bedraagt de minimale zonenergie drempel 18-20 mJ/cm² voor de vitamine D-productie. De maximale vitamine D-productie via de huid bedraagt 10.000 – 25.000 Internationale Eenheden (250-625 µg) per dag.

De blootstelling van een keratinocyt aan de middagzon gedurende 8-15 minuten levert de meest efficiënte vitamine D-productie. Echter boven de minimale erytheem dosis (de hoeveelheid zon die nodig is om te verbranden) is er een evenwicht tussen de vitamine D-productie en afbraak en komt er geen extra vitamine D meer het lichaam in. ('Moet een anti-zonnebrand crème wel of niet gecombineerd worden met vitamine D2 of D3?' *Schoonheidsspecialist*, december 2012). De Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venerologie adviseert om maximaal 20 minuten 2 maal per week in de zon te gaan zitten tussen 12 en 2 uur. Dit is voldoende voor de vitamine D-productie. De meeste mensen worden daarbuiten ook nog blootgesteld aan de zon zonder bescherming met een antizonnebrand crème. Dit resulteert in huidveroudering.

Andere vitaminen

Welke andere vitaminen kunnen een rol spelen in huidveroudering? Verschillende vitaminen kunnen hier een rol in spelen, opvallend is dat inname van verschillende vitaminen uit voeding of pillen geen zichtbare effecten geeft op de huid. Echter bij topicale toepassing, toepassing van vitaminen op de huid, geeft wel zichtbare effecten. ('Vitamins and photoageing: Do scientific data support their use?' *JAAD* 2010 63: 507-25). Carotenoïden (retinol) kunnen mogelijk collageen afbraak door UV voorkomen, retinoïden verhogen de groei van fibroblasten en collageen, maken de epidermis dikker en verminderen rimpels, verminderen de veranderingen in keratinocyten en melanocyten en verminderen mogelijk de kans op huidkanker.

Vitamine C verhoogt de stabiliteit van collageen en vermindert de hittegevoeligheid van collageen. Theoretisch kan het de huid beschermen tegen UV-veroudering door de antioxidanten werking. Vitamine E werkt eveneens als een antioxidant. Vitamine B3 (niacine) verhoogt de collageenproductie en vermindert pigmentvlekken (lentigenes). Vitamine D beschermt tegen het ontstaan van rimpels door UV en verdikt de epider-

mis. Vitamine K beschermt tegen het ontstaan van vaatjes op de huid, oftewel het ontstaan van couperose door de zon. Van vitamine D en E op de huid zijn geen recente studies bekend. Vitamine D wordt wel bij psoriasis vulgaris gebruikt in de behandeling van deze aandoening. Van de overige vitaminen wordt in Amerika al gebruikt gemaakt om deze in te zetten tegen huidveroudering.

Botanicals

Nieuwe producten uit de groep botanicals afkomstig uit soja bonen en groene thee extract, zorgen door het voorkomen van pigmentvlekken en het wegvangen van zuurstofradicalen resulterend in vermindering van de kenmerken van huidveroudering. Botanicals zijn crèmes afkomstig van planten en de werkzame producten zijn de polyfenolen, sylimarine en flavonoïden. ('The use of botanical derived agents for hyperpigmentation: a systematic review' *JAAD* 2014: 70: 352-65). Sylimarine is ook een andere vorm van polyphenol.

Hoe pas je deze kennis nu toe in de salon? Door te weten welke ingrediënten werken op het verminderen van de kenmerken van huidveroudering kun je met deze kennis kijken naar de eigen crèmes en producten in de salon en beoordelen of de crèmes doen wat ze moeten doen. Een andere optie is om de vertegenwoordiger te vragen welke ingrediënten in de crème een rol spelen bij het verbeteren van de huidveroudering. Desnoods met dit artikel er naast. De vertegenwoordiger moet je kunnen vertellen welk ingrediënt is verwerkt in het product.



Dr. A.J. Oosting, dermatoloog
Spaarneziekenhuis, Hoofddorp
Mevr. C.M. Uppelschoten,
directeur U-Consultancy,
Nieuwegein