

### **Wat is alopecia areata?**

Bij alopecia areata (AA) krijg je plotseling kale plekken. Dat is vaak op het behaarde hoofd, maar het haar kan ook op andere behaarde gebieden uitvallen. Soms zitten de kale plekjes zelfs in de wenkbrauw of verlies je je wimpers. De kans dat iemand AA krijgt is ongeveer 1,5%. Maar mensen met Downsyndroom hebben een grotere kans op AA, namelijk tussen de 6 en 9%. Dat wil zeggen dat in een groep van 100 mensen met DS er 6 tot 9 deze haarziekte hebben. AA komt zowel bij mannen als bij vrouwen voor. Het kan op elke leeftijd beginnen.

### **Waarom krijg je alopecia areata?**

Alopecia areata is een auto-immuunziekte. Je afweersysteem beschermt je normaal gesproken tegen bacteriën en virussen. Maar bij een auto-immuunziekte richt het afweersysteem zich tegen onderdelen van je eigen lichaam. Bij AA worden de haarwortels aangevallen en laten de haarwortels de haren los. Het is onbekend waarom het afweersysteem zich tegen (onderdelen van) het eigen lichaam gaat richten. Erfelijkheid speelt hier mogelijk een rol in. Stress kan soms een uitlokkende factor zijn.

### **Hoe ziet alopecia areata er uit?**

AA herken je aan ronde of ovale kale plekken. De huid in deze kale plekken toont kleine openingetjes van de haarzakjes, waar van te voren de haren uit groeiden. Aan de rand van de kale plekken zitten vaak korte haartjes. Dat zijn uitroeptekenharen. Ze heten zo, omdat ze naar het uiteinde toe breder worden. Bij een klein deel van de kinderen wordt de hele hoofdhuid kaal. Dit heet alopecia totalis. Kinderen met AA hebben soms ook afwijkingen aan de nagels.

### **Is er een behandeling voor AA?**

Bij de afweerreactie tegen de haarwortels treedt geen beschadiging van de haarwortels op. Dus als de afweer-aanval weer tot rust komt, dan kunnen er weer nieuwe haren groeien vanuit deze haarwortels. Als er één of een paar kale plekken zijn, dan herstelt de haargroei zich zonder behandeling vaak weer binnen zes maanden tot twee jaar. Er is wel een kans dat AA terug komt.

Als plekken snel groter worden, dan kan eventueel behandeld worden met bijnierschorsormoon (corticosteroiden) of met UV-licht.

### **Wat kan ik zelf doen?**

Je kunt ervoor zorgen dat je de AA minder ziet door een pruik of een haarstukje te dragen. Haargroei is niet te beïnvloeden door voeding en vitamines.

Alopecia Areata	Patiëntenvereniging	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Alopecia vereniging</li> <li>- Nederlandse haarstichting</li> </ul>	<a href="http://www alopecia-vereniging.nl/">http://www alopecia-vereniging.nl/</a> <a href="http://www.haarstichting.nl/">http://www.haarstichting.nl/</a>
	Zelfmanagement	<ul style="list-style-type: none"> <li>- NVDV: folder alopecia areata</li> <li>- Thuisarts (algemeen haaruitval)</li> </ul>	<a href="http://www.huidarts.info/documents/?v=2&amp;id=11">http://www.huidarts.info/documents/?v=2&amp;id=11</a> <a href="http://www.thuisarts.nl/haaruitval/ik-heb-haaruitval">http://www.thuisarts.nl/haaruitval/ik-heb-haaruitval</a>
	Richtlijnen arts Protocol arts Extra info arts	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Richtlijn JGZ</li> <li>- NHG: Farmacoth richtlijn: Alopecia</li> <li>- UMCU-WKZ protocol</li> <li>- BAD guideline</li> <li>- African skin diseases</li> </ul>	<a href="http://download.nhg.org/FTP_NHG/standaarden/FTR/Alopecia_text.html">http://download.nhg.org/FTP_NHG/standaarden/FTR/Alopecia_text.html</a> <a href="http://www.bad.org.uk/Portals/Bad/Guidelines/Clinical%20Guidelines/Alopecia%20areata%20guidelines%20012.pdf">http://www.bad.org.uk/Portals/Bad/Guidelines/Clinical%20Guidelines/Alopecia%20areata%20guidelines%20012.pdf</a> <a href="http://africanskindiseases.org/wiki/pdf/skindiseases.pdf">http://africanskindiseases.org/wiki/pdf/skindiseases.pdf</a>