

Maag-, Darm- en Leverziekten | Chirurgie

Ontharingsmethodes na orgaantransplantatie voor volwassenen

Inleiding

Na een orgaantransplantatie gebruikt u medicijnen tegen afstoting van het donororgaan. Sommige medicijnen, zoals prednisolon en Neoral® (cyclosporine), kunnen als bijwerking extra haargroei veroorzaken. Vaak gaat het hierbij om dunne haartjes. Ook kunnen bestaande haren onder invloed van de medicijnen iets dikker, langer en donkerder worden. Wanneer de medicijnen tegen afstoting worden afgebouwd tot een minimale hoeveelheid zal de extra haargroei na verloop van een aantal jaren meestal afnemen.

In deze brochure vindt u een overzicht van ontharingsmethodes. De meeste ontharingsmethodes geven tijdelijk resultaat en zullen regelmatig herhaald moeten worden.

Ontharingsmethodes die u zelf kunt uitvoeren

Knippen

Dunne haren in het gezicht kunt u met een stomp schaartje voorzichtig afknippen. Voordeel is dat u het in een vroeg stadium zonder hulp kunt doen en dat het een snelle methode is. Nadeel is dat afgeknipt haar stugger aanvoelt en snel weer aangroeit. Voor grote behaarde gebieden zoals romp en ledematen is knippen minder geschikt.

Scheren

Voor grotere oppervlakten, zoals de benen, kan elektrisch scheren soms de oplossing zijn. Voordeel is dat het snel klaar is. Nadelen van scheren zijn de stoppeltjes die vaak snel weer verschijnen en de kans op irritatie van de haarzakjes. Gebruik na het scheren altijd een ontsmettende crème (verkrijgbaar bij apotheek of drogist) gebruiken. Nat scheren met een scheermesje raden wij af, in verband met de kans op wondjes en daardoor infectiegevaar.

Bleken

U kunt uw haren bleken met een blekende crème (bijvoorbeeld Strep Decocrem®). Deze crème is geschikt om donkere haren minder zichtbaar te maken. Voordeel is dat u het zelf kunt doen. Nadeel is de kans op overgevoeligheid voor de crème. Test voor gebruik of uw huid deze crème verdraagt (zie testen voor overgevoeligheid).

Epileren

Als het om enkele haren gaat, kunt u deze zelf met een pincet verwijderen. Vooraf wel de huid en het pincet desinfecteren (bijvoorbeeld met alcohol 70%, verkrijgbaar bij apotheek of drogist) om ontsteking te voorkomen.

Het is verstandig een elektrisch epileerapparaat, zoals de zogenaamde Epilady, voorzichtig te gebruiken. Als u prednisolon gebruikt kan uw huid op termijn dunner worden en sneller beschadigen. Ook kan sneller irritatie van de haarzakjes optreden. Begin daarom voorzichtig op een klein gebied.

Ontharingscrème

Er zijn speciale crèmes om ongewenste haargroei te verwijderen. Laat u door uw apotheker of drogist voorlichten over een geschikte crème. Voordeel van ontharingscrème is dat het een eenvoudige en snelle manier is om haren te verwijderen. Nadeel is de kans op overgevoeligheid voor de crème. Test voor gebruik of uw huid deze crème verdraagt (zie testen voor overgevoeligheid).

Harsen

We raden u af om uw gezicht te(laten) harsen. Als u prednisolon gebruikt, kan uw huid gevoeliger en dunner zijn. Harsen heeft dan als risico dat uw huid beschadigt.

Ook voor grotere behaarde gebieden, zoals de armen en de benen, raden wij harsen in principe af vanwege de kans op huidbeschadigingen.

Ontharingsbehandelingen door huidtherapeut

Ontharen door de flitslamp

Ontharen door de flitslamp (o.a. Ellipse 1000, Epilight™, Multilight™) lijkt op lasertherapie en is speciaal ontworpen voor het verwijderen van ongewenste haargroei op alle delen van het lichaam. De flitslamp werkt op het pigment van de haren. Zeer blonde of grijze haren zijn moeilijker te behandelen met de flitslamp. Ook een te donkere huid kan de behandeling minder succesvol maken. De lichtflits voelt aan als een lichte prikkel, vergelijkbaar met het loslaten van een elastiekje op de huid. Er is geen plaatselijke verdoving of een pijnstillert nodig. Ontharingsbehandelingen door de flitslamp zijn vrij kostbaar. Het resultaat is duurzaam na meerdere behandelingen.

Electrische epilatie

Dikke en stugge haren in het gezicht kunt u laten verwijderen door middel van elektrische epilatie. Vaak is echter extra haargroei die veroorzaakt wordt door medicijnen dun en niet geschikt voor elektrische epilatie.

Electrische epilatie is vooral geschikt voor kleinere gebieden met veel haren, zoals de kin, bovenlip, liezen, borsten en eventueel de buik. Arm- en beenbehaaring is vaak te uitgebreid voor elektrische epilatie. Bij deze behandeling worden de haren elektrisch één voor één tot het einde van de haarwortel verwijderd. Er zijn meerdere behandelingen nodig om een blijvend resultaat te krijgen. De duur van de behandeling verschilt per persoon. Op de bovenlip kan de behandeling gevoelig zijn. Voordeel is dat de haren na verloop van tijd niet meer terugkomen.

Testen van overgevoeligheid voor ontharingscrème

Bij de aanschaf van een ontharingscrème raden wij u aan vooraf informatie te vragen bij uw apotheker of drogist. Koop altijd een product dat geschikt is voor het lichaamsdeel dat u wilt ontharen. Test eerst op de binnenzijde van de elleboogplooi of u het product kunt verdragen. Daarvoor brengt u een dun laagje crème aan op een gebied ter grootte van een 10 eurocent munt. Vervolgens plakt u er een pleister over. Controleer daarna gedurende 3 dagen of uw huid reageert op de crème. Overgevoeligheid van uw huid openbaart zich door roodheid, jeuk en/of huiduitslag. Als u overgevoelig bent voor de crème kunt u deze niet gebruiken.

Als er geen sprake is van overgevoeligheid, volg dan nauwkeurig de gebruiksaanwijzing. Neem de kortste inwerktijd die wordt geadviseerd. Om te zien of de kortste inwerktijd het gewenste resultaat geeft, probeert u dit eerst uit op een klein stukje huid (proefplekje ter grootte van een 2 euro munt). Als dit goed gaat, kunt u de crème op een groter vlak gebruiken. Als de korte inwerktijd niet het gewenste resultaat geeft, neemt u dan een langere inwerktijd. Verwijder altijd grondig alle resten van de crème! Gebruik achteraf een desinfecterende crème (verkrijgbaar bij apotheek of drogist).

Hoe regelt u eventuele vergoeding?

Een aantal ontharingsbehandelingen (bijv. ontharen met de flitslamp) is vrij kostbaar. Als u voor vergoeding van een ontharingsbehandeling in aanmerking wilt komen, is het verstandig om eerst bij uw zorgverzekeraar te informeren naar de voorwaarden voor behandeling en vergoeding. Meestal komt alleen ontharen door de flitslamp of elektrische epilatie in aanmerking voor gedeeltelijke vergoeding.

Is behandeling door een huidtherapeut noodzakelijk?

Wij raden u aan voor ontharingsbehandelingen na orgaan-transplantatie, zoals ontharen met de flitslamp, elektrische epilatie en harsen, naar een erkend huidtherapeut te gaan. Zij zijn hier speciaal voor opgeleid en kunnen u geschikte adviezen geven. Vermeld bij een consult altijd dat u medicijnen tegen afstoting gebruikt. Oók als u twijfelt over een geschikte ontharings-methode/behandeling kan de huidtherapeut u adviseren.

Vragen

Als u na het lezen van deze brochure nog vragen heeft, kunt u contact opnemen met een huidtherapeute in uw eigen omgeving. U kunt met vragen ook altijd terecht bij uw transplantatie-verpleegkundige in het Universitair Medisch Centrum Groningen.

Het adres van een huidtherapeute in uw eigen omgeving kunt u opvragen bij:

Nederlandse Vereniging van Huidtherapeuten
Plasweg 7
2742 KA Waddinxveen
Telefoon (0182) 611 119
Fax (0182) 631 408
E-mail: secretariaat@huidtherapie.nl
www.nvhnet.nl

Aantekeningen

