

Wat is urticaria?

Urticaria heet ook wel netelroos. U krijgt dan jeukende, rode bulten of vlekken op de huid. In het midden zijn ze vaak wat bleker. Eén zo'n bult heet een galbult. Ze kunnen klein zijn, maar ook enkele centimeters groot. Soms vloeien ze samen tot een grotere plek. De uitslag ontstaat plotseling en verdwijnt meestal binnen enkele uren tot een dag. Blijft de uitslag langer dan zes weken terugkomen? Dan noemen we dat chronische urticaria. De uitslag kan op één plek zitten, maar ook over het hele lichaam. Soms voelt u zich ook ziek, bijvoorbeeld griepig of koortsig. In zeldzame gevallen is urticaria het begin van een ernstige allergische reactie, zoals anafylaxie. Dat komt weinig voor.

Wat is angio-oedeem?

Angio-oedeem is een zwelling van de huid of slijmvliezen. Het jeukt meestal niet, maar kan wel pijn doen. De zwelling verdwijnt meestal binnen drie dagen. Dit werd vroeger angioneurotisch oedeem of Quincke's oedeem genoemd. Angio-oedeem en urticaria komen vaak samen voor, maar sommige aandoeningen veroorzaken alleen angio-oedeem. De zwelling komt vaak voor op plekken waar de huid niet strak op de onderlaag zit. Bijvoorbeeld bij de oogleden, lippen, de bovenkant van handen en voeten of geslachtsdelen. Soms ontstaat zwelling van de tong of keel. Ook kan het in het maag-darmkanaal gebeuren. Dit kan gevaarlijk zijn, vooral bij zwelling in de keel of tong, omdat dit de ademhaling kan belemmeren. Dit komt zelden voor bij mensen met urticaria.

Wat is de oorzaak van spontane urticaria en angio-oedeem?

Bij deze aandoeningen werkt het afweersysteem niet goed. Uw lichaam maakt een stof aan die mestcellen activeert. Die mestcellen zorgen voor huidreacties.

Soms is een verkoudheid of voedselvergiftiging de aanleiding. Maar ook als de oorzaak verdwenen is, kan het lichaam doorgaan met het maken van de stof die de klachten veroorzaakt.

Chronische spontane urticaria komt meestal niet door een voedselallergie. Een dieet helpt dan ook meestal niet. Soms ligt er een andere ziekte of infectie aan de basis. Een arts kan dit onderzoeken.

Veel mensen proberen bepaalde wasmiddelen of voedingsmiddelen te vermijden. Maar als de uitslag steeds op verschillende momenten komt, is het onwaarschijnlijk dat dit de oorzaak is.

De aandoening duurt bij iedereen anders. Sommigen hebben het maar één keer. Anderen hebben het jaren met tussenpozen. Bij de meeste mensen verdwijnt het binnen enkele maanden tot jaren. Bij minder dan 1 op de 10.000 mensen blijft het langer dan 20 jaar.

Hoe ontstaan urticaria en angio-oedeem?

Mestcellen zitten in de huid, slijmvliezen en longen. Ze bevatten blaasjes met stoffen, zoals histamine. Die stoffen komen vrij bij een allergische reactie, maar ook door andere prikkels.

De stoffen zorgen voor jeuk (door prikkeling van zenuwen), roodheid (door verwijding van bloedvaten) en zwelling (door vocht uit de bloedvaten).

Als de reactie diep in de huid plaatsvindt, ontstaat angio-oedeem.

Verschillende vormen van urticaria

De meeste mensen met urticaria hebben elke dag klachten en gebruiken dagelijks medicijnen. Ongeveer 20% krijgt alleen uitslag onder bepaalde omstandigheden. Dit heet chronisch induceerbare urticaria. Voorbeelden zijn:

- **Cholinergische urticaria:** ontstaat door warmte, inspanning of emoties. De uitslag begint als kleine puntjes, maar kan groter worden. Soms krijgt u ook benauwdheid of duizeligheid. Dan is soms een adrenaline-injectie nodig.
- **Koude urticaria:** ontstaat door kou, zoals winterweer, airco of tocht.
- **Dermografisme (urticaria factitia):** ontstaat door wrijven of krabben. Dit zorgt weer voor meer jeuk.
- **Aquagene urticaria:** ontstaat door contact met water, bijvoorbeeld tijdens het douchen. Dit lijkt op koude urticaria, maar is niet hetzelfde.
- **Vertraagde drukurticaria:** ontstaat door druk op de huid, bijvoorbeeld van een tas of broekriem.

Behandeling van urticaria

Bij de meeste mensen is geen duidelijke oorzaak te vinden. Als er geen ziekte of trigger wordt gevonden, helpen medicijnen vaak goed.

De standaardbehandeling is een antihistaminicum. Dit middel werkt goed, ook als u het lang gebruikt.

- Bij lichte of af en toe klachten kunt u het naar behoefte nemen.
- Bij ernstige of vaak terugkerende klachten gebruikt u het elke dag.
- Soms is een hogere dosis nodig, tot vier tabletten per dag.

Bent u een tijdje klachtenvrij? Dan kunt u in overleg met uw arts de medicatie afbouwen of stoppen.

Werkt de antihistaminica niet goed genoeg? Dan zijn er andere behandelopties. Daarom is het belangrijk om uw klachten goed bij te houden.

Klachten monitoren

U kunt uw klachten eenvoudig bijhouden met de CRUSE-app (voor Apple en Android). Deze app is ontwikkeld door het Universitair Ziekenhuis van Berlijn en het Erasmus MC in Rotterdam.

De app helpt u om dagelijks uw klachten in te vullen en geeft inzicht in het verloop. U kunt de gegevens delen met uw arts.