

Scriptie in het kader van de acupunctuuropleiding van Stichting NAAV Onderwijs SNO

De huid en acne

de Westerse en Oosterse visie

Drs. A.B. Kwee, arts

Scriptiebespreking: 25 september 2010

INHOUDSOPGAVE

	blz
1. Inleiding	2
2. De huid en acne - westerse visie	
2.1 De huid	3
2.2 Acne	4
2.2.1 Etiologie van acne	4
2.2.2 Klinisch beeld	5
2.2.3 Behandeling van acne	6
3. De huid en acne - oosterse visie	
3.1 De huid volgens TCM	8
3.1.1 Anatomie van de huid	8
3.1.2 De huid en de interne organen	8
3.1.3 Huidtekens	10
3.2 Acne volgens TCM	
3.2.1 Etiologie van acne volgens TCM	11
3.2.2 Klinisch beeld: patronen van acne volgens TCM	13
3.2.3 Behandeling van acne volgens TCM	15
3.2.3.1 Acupunctuur	15
3.2.3.2 Fytotherapie	17
3.2.3.3 Adviezen	18
4. Voorbeelden	19
5. Conclusie	20
6. Samenvatting/Summary	21
7. Bronvermelding	22
8. Bijlagen	23

1. Inleiding

Deze scriptie is geschreven ter afsluiting van het C-jaar van de acupunctuuropleiding van de Stichting NAAV Onderwijs (SNO).

Tijdens mijn studie Geneeskunde is mijn interesse in Cosmetische Geneeskunde en Dermatologie ontstaan. Deze interesse werd bevestigd door ruim twee jaar gewerkt te hebben in een privé-kliniek voor haartransplantaties. Vandaar dat ik voor mijn scriptie op zoek ging naar een onderwerp betreffende acupunctuur in de dermatologie. Na ervaring op gedaan te hebben in haren en haarziekten, wilde ik me graag meer verdiepen in de huid.

Wat mij zo interesseert in de huidziekten, is dat deze voor iedereen te zien zijn. Met als gevolg dat er vaak een grote psychologische factor bij zit: schaamte, verlies van zelfvertrouwen, angst, frustratie kunnen allemaal om de hoek komen kijken. Mijns inziens wordt er in de reguliere geneeskunde weinig tot geen aandacht besteed aan de psyche achter huidandoeningen. Met dit in gedachten kwam ik al gauw uit bij acne, een huidandoening die veel voorkomt, met name in de puberteit. En juist de puberteit is een periode waarin men kampt met voornoemde emoties, iets wat ik ook in mijn werk als schoolarts heb mogen ervaren. Bovendien kan men emoties bij acne niet alleen als gevolg zien, maar soms ook als oorzaak.

Verder is acne natuurlijk interessant, omdat naast emoties ook andere factoren een rol kunnen spelen, zoals voeding en omgevingsfactoren. Ook een onderwerp waarvan ik denk dat er in de chinese geneeswijzen meer aandacht aan wordt besteed dan in de westerse geneeskunde.

Het doel van deze scriptie is het vergelijken van de westerse en oosterse visie op de huid en acne en tevens te achterhalen of de oosterse benadering van acne een goede toevoeging (of zelfs vervanging) kan zijn op de behandeling van acne.

Om het ziektebeeld acne goed te kunnen begrijpen, ben ik van mening dat het noodzakelijk is om kort in te gaan op de huid in zijn algemeenheid. Vandaar dat ik in deze scriptie eerst kort de anatomie en fysiologie van de huid bespreek, gevolgd door acne vanuit westers perspectief: hoe ontstaat het en hoe wordt het in de reguliere geneeskundige praktijk behandeld? Daarna zal ik tevens uitleggen hoe de huid wordt gezien volgens de TCM (Traditional Chinese Medicine), gevolgd door de oosterse visie van het ontstaan van acne en de verschillende patronen.

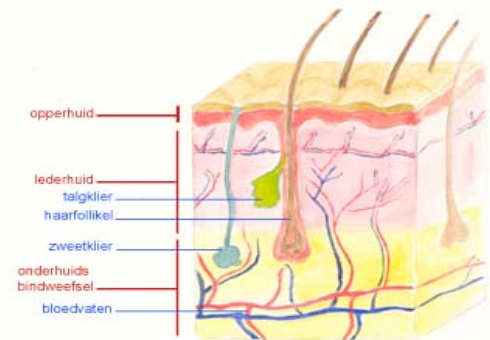
Bij het bespreken van de behandeling van acne volgens de TCM komt naast acupunctuur ook fytotherapie aan de orde. Fytotherapie blijkt namelijk een erg belangrijke vorm van behandeling te zijn bij acne. Aangezien fytotherapie tijdens de opleiding acupunctuur van de SNO maar kort aan bod is geweest en mijn kennis hierover daardoor ontoereikend, zal ik dit onderdeel slechts kort belichten. Bij acne spelen ook andere ontstaansfactoren mee, zoals voeding en omgevingsfactoren. Vandaar dat ik ook de leefadviezen bespreek, die aan patiënten gegeven kunnen worden.

2. De huid en acne – westerse visie

2.1 De huid¹

De huid is het grootste orgaan van het lichaam.

De huid bestaat uit 3 lagen: de epidermis (opperhuid), de dermis (cutis, lederhuid) en de subcutis (onderhuids bind- en vetweefsel). Tevens bevat de huid adnexen: haren, talg- en zweetklieren.



De belangrijkste functies van de huid zijn:

- het lichaam beschermen tegen invloeden van buitenaf (micro-organismen, ultraviolet licht)
- handhaven van een gebalanceerde verdeling van lichaamsvocht en lichaamstemperatuur

De epidermis is niet gevasculariseerd en bestaat uit 4 soorten cellen:

- keratinocyten (hoorncellen): deze cellen vormen het hoofdbestanddeel van de epidermis. Ze geven de opperhuid zijn normale structuur.
- melanocyten: de belangrijkste functie van melanocyten is het produceren van melanine. Melanocyten voorzien keratinocyten van pigment en kunnen zo invallend UV-licht deels tegenhouden.
- Langerhans-cellen: Langerhans-cellen ontstaan in het beenmerg en migreren naar de huid. Het zijn antigeen presenterende cellen en spelen een rol bij de immuunrespons tegen lichaamsvreemde antigenen.
- Merkel-cellen: het aantal Merkel-cellen is beperkt en hun functie is nog niet duidelijk.

In de dermis bevinden zich fibroblasten. Deze produceren stoffen als collageen en elastine, die zorgen voor de soepelheid van de dermis. In de dermis bevinden zich twee lagen:

- stratum papillare: direct onder de epidermis, met uitlopers (papillen) in de epidermis. In deze uitlopers lopen capillairen voor de epidermale voedselvoorziening.
- stratum reticulare: tussen stratum papillare en de subcutis. Hierin zitten veel collageen en elastinevezels.

De capillairen in het stratum papillare zijn ook erg belangrijk voor de thermoregulatie.

De subcutis bestaat uit vetcellen die gerangschikt zijn in een netwerk van bindweefsel. Hierin bevinden zich arteriën, venen, zenuwen en zweetklieren. Het vetweefsel zorgt voor een energiereserve voor het lichaam en heeft tevens een isolerende taak. Ook dient het als waterreservoir en stootkussen.

Haarfollikels produceren uiteraard onze haren, maar functioneren ook als centra van waaruit regeneratie van epitheel plaatsvindt, na oppervlakkige verwonding. De haren dragen bij aan de tastzin.

Talgklieren ontstaan uit haarfollikels en zijn vaak met een haarfollikel verbonden. De talgklieren produceren talg, die de huid voorziet van een vetlaagje, waardoor uitdroging van de huid wordt voorkomen. Ook bevat het stoffen die de groei van micro-organismen op de huid tegen kunnen gaan. De talgproductie wordt vooral beïnvloed door androgenen.

Er zijn twee soorten zweetklieren. De eccriene zweetklieren zijn verantwoordelijk voor de zweetsecretie en zijn tevens belangrijk voor de thermoregulatie. De apocriene zweetklieren staan onder invloed van androgenen en produceren secreet dat door huidbacteriën wordt omgezet. Dit omgezette produkt bepaalt onze lichaamsgeur.

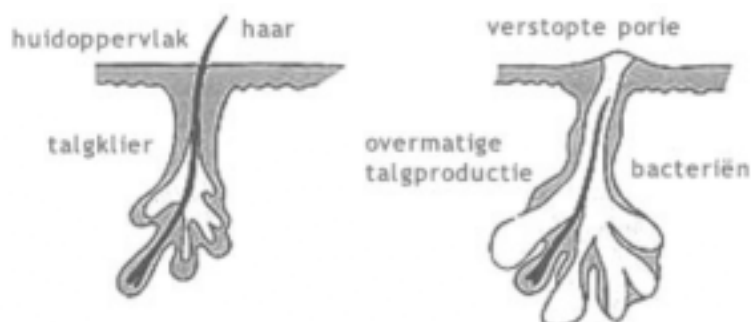
2.2 Acne^{1,2,3}

Acne vulgaris is een veelvoorkomende ontsteking van de talgklierfollikel. De aandoening komt bij vrouwen het meeste voor tussen het 14^e en 18^e levensjaar en bij mannen tussen het 16^e en 19^e levensjaar, respectievelijk bij 40% en 35%. Op de leeftijd van 40 jaar zijn bij 1% van de mannen en 5% van de vrouwen nog acnelaesies aanwezig. Indien de ziekte op prepuberale leeftijd begint, moet men bedacht zijn op endocriene stoornissen, hoewel dit meestal niet het geval is. Tussentijdse exacerbaties en remissies komen veel voor. Soms kan acne zonder duidelijke oorzaak op latere leeftijd ontstaan. De afwijkingen zijn gelokaliseerd op plaatsen waar talgklierfollikels voorkomen: het gelaat, de borst, de rug en de schouders.

2.2.1 Etiologie van acne^{1,2,3}

Bij het ontstaan van acne spelen meerdere factoren een rol. De belangrijkste factoren zijn:

- verhoogde talgproductie
- obstructie van de follikeluitvoergang
- bacteriële kolonisatie van de talgklierfollikel



Androgenen stimuleren de talgproductie en kunnen verhoorningsstoornissen geven in het diepere deel van de follikeluitvoergang, waardoor de talgafvoer wordt belemmerd. Als de zo gevormde hoornprop oppervlakkig ligt en donker verkleurd is, spreekt men van open comedonen ('blackheads'). Wanneer het follikelostium zich niet verwijdt spreekt men van gesloten comedonen ('whiteheads'). Door verhoogde talgproductie kan de follikel gemakkelijk ruptureren, waardoor mede onder invloed van vrije vetzuren een papulopustel ontstaat.

Oestrogenen veroorzaken een vermindering van talgproductie, zeer waarschijnlijk ten gevolge van remming van de androgenenproductie via de hypofyse. Progestagenen hebben geen invloed op de talgklieren, maar worden door sommigen wel in verband gebracht met premenstruele acne.

Synthetische progestagenen in de pil daarentegen stimuleren door de androgene restactiviteit de talgklieren.

De bacterie *Propionibacterium acnes*, voornamelijk afkomstig uit de commensale flora, zet de triglyceriden uit talg om in vrije vetzuren. Deze kunnen, evenals de androgenen, leiden tot verhoorningsstoornissen van de follikelmond. De vrije vetzuren werken chemotactisch op leucocyten, waardoor zij bijdragen aan het ontstaan van pustels en infiltraten.

Erfelijkheid

Er zijn aanwijzingen dat bij acne een genetische component een rol speelt, echter of er daadwerkelijk een genetische predispositie is voor acne, is nog onduidelijk^{2,4}. Het is bekend dat het aantal talgklieren en de grootte ervan erfelijk is, maar door de extreem hoge prevalentie van acne, kan niet gezegd worden dat de aanwezigheid van acne alleen te wijten is aan genetische factoren.

Uitwendige factoren

Sommige vormen van acne kunnen veroorzaakt of verergerd worden door uitwendige factoren. Meestal betreft dit contact met stoffen die een verstopping van de talgklier veroorzaken, zoals cosmetica. Andere stoffen die acne kunnen induceren zijn bijvoorbeeld olie- of chloorhoudende producten (petrochemische industrie, insecticiden), teer en halogenen.

Geneesmiddelen

Ook zijn er verschillende geneesmiddelen die acne kunnen veroorzaken of verergeren. Dit moet met name niet vergeten worden als acne op oudere leeftijd optreedt of plotseling op een ongewone plaats. Tot deze geneesmiddelen behoren: corticosteroiden (zowel uitwendig als inwendig), groeiremmers, anti-epileptica, tuberculostatika (INH), lithiumzouten, fenobarbital.

De meeste van deze stoffen geven aanleiding tot acne door folliculaire hyperkeratose.

Orale anticonceptiva kunnen bij de één acne doen verergeren, terwijl ze bij de ander juist een gunstig effect hebben. Ditzelfde geldt voor zwangerschap.

Klimaat

Bij acne is er een seizoensinvloed waarneembaar, waarbij zon over het algemeen een gunstig effect heeft. In de tropen verergerd acne echter vaak door de relatief hoge vochtigheidsgraad.

Stress

Over de rol van stress bij het ontstaan van acne valt nog te twisten. Er is beschreven dat bij een exacerbatie stress een belangrijke rol kan spelen¹. Er kan gemakkelijk een vicieuze cirkel ontstaan wanneer de acne zelf ook een bron van spanning en ergernis is. Tevens in de praktijk wordt vaak ervaren dat stress invloed heeft op acne. Echter andere bronnen spreken in zijn geheel niet over de rol van stress^{2,3} of het wordt zelfs ontkend^{4,5}.

Voeding

Voeding wordt in de westerse geneeskunde niet gezien als een oorzaak van acne, alhoewel veel patiënten wel het idee hebben dat bepaalde soorten voeding een invloed kunnen hebben op acne. Het is niet wetenschappelijk bewezen en daarom wordt de invloed ervan op de huid ontkend in de westerse geneeskunde^{1,4,5}.

2.2.2 Klinisch beeld van acne³

De hevigheid van acne kan enorm variëren. De mildste vorm is acne comedonica (fig 1A). Dit uit zich voornamelijk door talrijke gesloten en open comedonen op een vette huid, zonder ontstekingen.

Acne comedonica manifesteert zich vaak aan het begin van de puberteit.

Acne vulgaris (fig 1B) is een milde tot ernstige vorm van acne en wordt gekenmerkt door erythemateuze papulopustels, infiltraten, comedonen en kleine littekens. Acne vulgaris kan overgaan in acne conglobata (fig 1C). Deze vorm van acne kenmerkt zich door sterk ontstoken papulopustels, infiltraten en comedonen en komt voornamelijk bij mannen voor. De huid glanst door de verhoogde talgproductie. Acne conglobata leidt vaak tot ontsierende littekens en soms fistels.



Fig. 1A: acne comedonica

Fig. 1B: acne vulgaris

Fig. 1C: acne conglobata

2.2.3 Behandeling van acne^{1,2,4,6}

De keuze van behandeling bij acne wordt voornamelijk bepaald door de hevigheid van het klinische beeld. Bovendien is het per individu verschillend hoe een patiënt op een behandeling reageert. Het kan soms enkele maanden duren voordat het effect van een middel zichtbaar is. Meestal wordt begonnen met topische middelen, wat zonodig gevolgd wordt door systemische therapie. De middelen hebben verschillende werkingsmechanismen.

Topische behandeling

Benzoylperoxide wordt veelal gezien als therapie van eerste keuze^{4,6}. Het is een bacteriocide dat de aanwezigheid van *P. Acnes* vermindert in de follikel. Tevens werkt het mild keratolytisch, waardoor vorming van comedonen wordt verminderd. Het is vooral effectief als het gebruikt wordt in combinatie met andere therapieën. In tegenstelling tot topische antibiotica, is er geen microbiële resistentie tegen benzoylperoxide gemeld. Er zijn vele preparaten beschikbaar zoals zeep, wasschuim, gels en lotions in de concentraties 2,5%, 5% en 10%. Benzoylperoxide is een bleekmiddel, dus er moet opgepast worden met kleding, beddengoed en haren. Bijwerkingen zijn irritaties van de huid, waaronder roodheid, droge huid, jeuk en schilfering. Tevens kan contactdermatitis optreden.

Tretinoïne (vitamine A-zuur) was het eerste topische comedolytische agens dat gebruikt werd voor de behandeling van acne. Het mechanisme bestaat uit het normaliseren van folliculaire keratinisatie; het helpt in het verminderen van bestaande comedonen en het voorkomen van vorming van nieuwe. Het is bewezen dat tretinoïne significant anti-inflammatoire effecten heeft en kan dus als monotherapie gebruikt worden voor acne comedonica en milde tot matige inflammatoire acne vulgaris. Tijdens de eerste weken van behandeling kan de acne verergeren, dit is echter van voorbijgaande aard. Verbetering is te zien na drie tot vier weken, met een maximaal effect vaak pas na drie tot vier maanden. Na beëindiging van de behandeling kan de acne weer regelmatig terugkomen. Benzoylperoxide en tretinoïne zijn onverenigbaar, daarom niet gelijktijdig toepassen. Eventueel kan wél tretinoïne 's avonds en benzoylperoxide 's ochtends worden toegepast. De meest voorkomende bijwerking van topische tretinoïne is lokale irritatie in de vorm van erytheem, droge huid en schilfering. De hoornlaag van de huid kan ook dunner worden. Dit samen maakt de huid gevoeliger voor zonnebrand. Vandaar dat het aan te raden is om tretinoïne 's avonds op te brengen en een zonnebrandcrème te gebruiken.

Adapaleen is een retinoïde-achtige verbinding met een unieke chemische structuur. Het heeft een milder comedolytisch effect dan tretinoïne, maar ook de mate van irritatie is minder. Lokaal op de huid aangebracht adapaleen vermindert de ontstekingscomponent van acne en remt de vorming van micro-comedonen door normalisering van de folliculaire epitheliale differentiatie. De werking is zichtbaar na drie tot vier weken en maximaal na drie tot vier maanden. Verder is adapaleen licht-stabiel en, in tegenstelling tot tretinoïne, resistent tegen oxidatie door benzoylperoxide.

Topische antibiotica worden vaak gebruikt in de behandeling van acne en zijn als monotherapie beschikbaar, maar ook in combinatie met benzoyl peroxide of tretinoïne. Clindamycine en erythromycine zijn de meest gebruikte antibiotica en de formules variëren van crèmes tot gels en oplossingen. De meest voorkomende bijwerking is een droge huid. Verder komen ook voor een branderig gevoel (o.a. in het oog), roodheid, schilfering, jeuk, irritatie, vette huid, diarree. Zelden gemelde bijwerkingen zijn overgevoelighedsreacties (o.a. contactdermatitis), gramnegatieve folliculitis, buikpijn, colitis.

Indien na 4 weken nog geen verbetering is opgetreden, dient gedacht te worden aan bacteriële resistentie.

Salicylzuur is een veelgebruikt comedolytisch en mild anti-inflammatoir agens. Het is licht chemisch irriterend en werkt deels door het opdrogen van actieve lesies. Salicylzuren zijn verkrijgbaar in concentraties tot 2% in vele verschillende formules, zoals gels, crèmes, lotions, schuim en oplossingen. Bijwerkingen zijn erytheem en schilfering.

Azaleïnezuur is een natuurlijk zuur, dat gevonden wordt in granen. Het is verkrijgbaar als een topische crème, welke effectief schijnt te zijn bij inflammatoire en comedonale acne. Door het remmen van de groei van *P. Acnes* vermindert azaleïnezuur inflammatoire acne. Het draait ook keratinisatie terug van follikels die aangedaan zijn door acne en daardoor heeft het ook een comedolytisch effect. Het heeft minder lokale bijwerkingen dan topische retinoïden en kan ook helpen bij het verlichten van postinflammatoire hyperpigmentatie.

Orale behandeling:

Antibiotica:

Orale *erythromycine* en *tetracycline* of hun derivaten doxycycline en minocycline worden meestal voorgeschreven bij matige tot ernstige inflammatoire acne, die niet reageert op topische combinaties. Het primaire mechanisme is suppressie van de groei van *P. Acnes*, waardoor de bacteriële productie van inflammatoire factoren wordt gereduceerd. Echter enkele van deze antibiotica hebben ook een intrinsieke anti-inflammatoire eigenschap. Resistentie van *P. Acnes* voor erythromycine en de drie grote tetracyclines zijn gerapporteerd.

Hormonaal:

Hormonale therapie is een tweedelijns behandeling voor vrouwelijke patiënten met acne. Het is belangrijk te vermelden dat hormonale therapie erg effectief kan zijn, onafhankelijk van of de serum androgeen spiegels abnormaal zijn. Het klinische effect op de acne is vaak pas na een half jaar zichtbaar. Let er wel op dat bij gelijktijdig gebruik van orale antibiotica (zoals tetracyclines) de contraceptieve werking van orale anticonceptiva verminderd kan zijn.

Isotretinoïne (vitamine A-zuur isomeer):

Isotretinoïne dient te worden gereserveerd voor ernstige, therapieresistente vormen van acne. Het kent namelijk potentieel ernstige bijwerkingen en risico's, met name teratogeniteit. Het werkingsmechanisme van isotretinoïne is niet exact bekend. Het reduceert de talgklier grootte, remt de talgafscheiding en heeft een anti-inflammatoir effect. Isotretinoïne mag niet in combinatie met tetracyclines worden voorgeschreven vanwege het gevaar van benigne intracraniale hypertensie.

3. De huid en acne – oosterse visie

3.1 De huid volgens TCM

3.1.1 Anatomie van de huid volgens TCM^{7,8}

In de oude Chinese Geneeskunde had men een eigen idee van hoe de huid opgebouwd was uit verschillende lagen en spieren. Dit idee komt echter nagenoeg overeen met de westerse anatomie van de huid. De verschillende lagen van de huid in de Chinese Geneeskunde zijn als volgt beschreven:

Fu:	de oppervlakkige laag van de huid (te vergelijken met de epidermis)
Ge:	een dikkere laag van stevig weefsel onder 'Fu' (te vergelijken met de dermis)
Cou li:	interstitium en bindweefsel tussen de huid en de spieren. De Cou Li is de doorgang voor de afvalstoffen van lichaamsvloeistoffen en de flow van Qi en bloed naar de huid.
Ji:	subcutane spieren, welke beweging van het lichaam controleren.
Fen Rou:	vet (Fen) en spieren dichtbij de botten (Rou).

Fu wordt met name beïnvloed door de Longen, Ge door Longen, Lever en Nieren, Ji door Milt en Lever, Fen door Milt, Nieren en Ren Mai, en Rou door Milt en Lever.

Verder worden ook de adnexen genoemd:

Xuan fu:	letterlijk 'mysterieus huis', waar het zweet zich ophoopt. Het correspondeert met de apocriene en eccriene zweetklieren en talgklieren en hun openingen in de huid (poriën).
Mao fa:	Fa refereert naar de haren op het hoofd, mao refereert naar lichaamshaar, inclusief wenkbrauwen, baard, oksel- en schaamhaar.
Zhao jia:	de nagels.

3.1.2 De huid en de interne organen^{7,8,10}

De huid heeft in de TCM een complexe relatie met de organen naast de hoofdrelatie met de Long en kan dus niet alleen via dit orgaan benaderd worden. In de TCM kent men de vijf Elementen Leer, waarin de vijf elementen gelinkt zijn aan de organen en hun onderlinge relaties beschreven worden (fig 2).

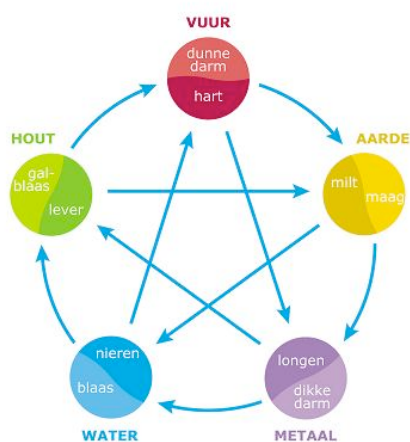


Fig. 2

De huid en de Long en Dikke Darm:

De huid is in het model van de Vijf Elementen Leer fysiologisch gerelateerd aan de Long. De Long ontvangt vloeistoffen van de Milt en verspreidt deze over de huid over het hele lichaam. Dit voedt en bevochtigt de huid, reguleert het openen en sluiten van Cou Li en drijft zweet uit de lichaamsvloeistoffen. Behalve de verspreiding van vloeistoffen, verspreidt de Long ook Wei Qi, verdedigings-Qi, over de gehele huid. Als de functie van de Long goed is, zal de huid sterk genoeg zijn om externe pathogene factoren tegen te houden en de huid en de haren zullen glanzen. Bovendien is het openen en sluiten van de poriën goed gereguleerd en zal de transpiratie normaal zijn. Als de Long Qi deficiënt is, krijgt de huid niet genoeg voeding en bevochtiging, waardoor de huid ruw en droog kan zijn. Bovendien kunnen pathogene factoren dan makkelijk het lichaam intreden: de Wei Qi is dan te zwak om zijn verdedigende functie uit te oefenen.

De Long en de Dikke darmmeridianen zijn intern-extern gerelateerd. Deze relatie is belangrijk voor de uitvoering van alledaagse lichaamsfuncties, omdat de daling van Long Qi het nodige Qi aan de Dikke Darm geeft voor een goede defaecatie. Als Long Qi deficiënt is, geeft het onvoldoende Qi aan de Dikke Darm voor de defaecatie waardoor er obstipatie ontstaat. Dit komt vrij vaak voor bij oudere mensen met afnemend Long Qi.

De huid en de Maag en Milt:

De Milt zorgt voor transport en transformatie van vloeistoffen. Als de Milt Qi goed is, zal de huid goede voeding krijgen. Als de functie van de Milt zwak is, zal water zich intern verzamelen en veranderen in Damp. Ophoping van Damp belemmert de Milt om zuivere Qi opwaarts te brengen en tast de Milt Yang aan, waardoor de functie van transport en transformatie verzwakt wordt. De Milt heeft ook een functie met betrekking tot het Bloed. Als de Milt Qi goed is, houdt de Milt namelijk het bloed binnen de vaten.

Bovendien opent de Milt in de mond. Als de Milt Qi goed is, dan zijn de lippen rood en vochtig. Als de Milt Qi deficiënt is, dan zijn de lippen bleek. Als er sprake is van Hitte en Vuur in de Milt, kan deze omhoog stijgen langs de Milt meridiaan naar de mond en lippen, wat ulcera in de mond kan geven of periorale dermatitis.

In de *Vijf Elementen Leer* is het Aarde-element (vertegenwoordigd door Maag en Milt) het ‘moeder-element’ van metaal (Long en Dikke Darm). Dit is de directe bron van energie voor de metaalorganen. Als het Milt Bloed deficiënt is, dan zal de Long zwak worden, omdat er geen bron van voeding is. Hierdoor wordt de huid dun en kwetsbaar.

Overmatige Damp in de Milt (bijvoorbeeld door een overmaat aan vet voedsel) maakt de huid dik en vettig, met overmatige, dikke talgsecretie.

Teveel dikke vloeistoffen zal de Qi van circulatie van vloeistof en Bloed vertragen, waardoor ook de huidfunctie van de Long wordt aangedaan om de poriën te openen.

De Maag ontvangt en verteert voedsel en drank en de Milt absorbeert en slaat de voeding op, welke dan gebruikt wordt om het Bloed te voeden. Het Bloed wordt verspreid over het lichaam door het Hart en naar de periferie door de Milt. Het is de functie van de Milt om Bloed te circuleren en voeding te geven aan de huid, armen, benen en gezicht.

De huid en de Nieren:

De Nieren zijn erg belangrijke organen, omdat zij de bron zijn van Pre-Heaven Qi. Zij slaan Jing op (Essentie), reguleren groei en reproductie en reguleren Water.

Jing bestaat uit Pre-Heaven Essentie en Post-Heaven Essentie. Pre-Heaven Essentie wordt geërfd van de ouders en Post-Heaven Essentie komt uit voeding.

In de Su Wen, hoofdstuk 1, is beschreven hoe de Nieren, samen met de Du Mai, Ren Mai en Chong Mai het beloop van de levenscyclus reguleren:

Vrouwen hebben over het algemeen een 7-jarige levenscyclus, mannen een 8-jarige levenscyclus (zie bijlage 1).

De Nieren geven bovendien water en levensenergie aan alle weefsels van het lichaam. De Nieren slaan water op en Nier Yang voorziet het lichaam van dit water.

Water maakt weefsels zacht en zorgt er dus voor dat de huid zacht en soepel is, wat het openen en sluiten van de poriën gemakkelijker maakt.

De huid en het Hart:

Het Hart maakt Bloed en laat het circuleren. Het Bloed voedt alle cellen en verwarmt het lichaam. De term Bloed wordt meestal gebruikt om specifiek rood bloed aan te duiden, en wordt soms gebruikt als term voor voeding. Bloed voorziet weefsels van zuurstof en voeding, maar ook van vocht. Als Bloed niet aankomt in een gebied, dan zal dit gebied koud zijn, ondervoed en droog. Deze situatie komt veel voor in huidaandoeningen van handen en voeten, deels omdat deze gebieden vaak koud zijn, deels omdat de circulatie van Bloed in deze gebieden slecht zijn.

Het Hart en de Long liggen in de thorax, in de Bovenste Verwarmer, en ze beïnvloeden vaak elkaars energiestatus.

Volgens de Vijf Elementen Leer heeft het Vuur element een controlerende werking op de Long, in het metaalelement. Hierdoor zal overmatige Hitte in het Vuur element het yin van het metaalelement, de long, aanvallen, waardoor deze droog en heet wordt.

De huid en de Lever:

Zoals het Hart is ook de Lever gerelateerd aan de toestand van het Bloed. De Lever slaat bloed op en reguleert de bloedhoeveelheid. Bloed betekent hier rood bloed, dat zuurstof draagt en alle weefsels en de huid voedt. De lever werkt ook met Hart, Long en Milt Qi voor de Bloed circulatie in het lichaam. Als de Lever normaal functioneert, is de Qi gereguleerd en kan de Qi vrij stromen. Zo niet, dan wordt de Qi geobstrueerd, resulterend in depressie en binden van Lever Qi en emotionele disbalans met name woede, waardoor aandoeningen als melasma ontstaan. De lever voedt ook de nagels, als er voldoende Lever Bloed is, zullen de nagels sterk zijn en glanzend. Is het Lever Bloed insufficiënt, dan zijn de nagels zacht, dun, droog en breekbaar.

3.1.3 Huidtekens⁹

De verschillende symptomen van de huid kunnen een aanwijzing geven over de aard van de huidaandoening. Zo wijzen papels bijvoorbeeld meestal op Warmte in de Maag of Long, vesikels op Vocht en een droge huid op Lever Bloed Leegte. Zie voor een overzicht van de huidtekens bijlage 2.

3.2 Acne – oosterse visie

Acne wordt in de Chinese Geneeswijzen ‘witte doorns’ genoemd¹¹, vanwege de gelijkenis van de lesies op doorns, en vanwege het witte vocht dat uit de lesies komt (talg).

3.2.1 Etiologie van acne volgens TCM^{8,10,11}

De Traditionele Chinese Geneeskunde gaat over het algemeen uit van meer dan een oorzaak⁹. Deze oorzaken kunnen verdeeld worden in drie hoofdgroepen:

- externe pathogene factoren, vanuit de omgeving
- interne pathogene factoren, vanuit het inwendige
- levensstijl (tussen extern en intern in)

Externe oorzaken van acne

WIND

Wind kan het lichaam door de buitenkant heen indringen. Aanvallen van Wind worden gekenmerkt doordat ze plotseling beginnen en wisselen van plaats, tijd en frequentie. Wind heeft met name invloed op het bovenste gedeelte van het lichaam, de Longen en de Huid.

HITTE

Hitte leidt tot hitte-achtige symptomen, zoals koorts, ontsteking, roodheid, afkeer van warmte. Het droogt de lichaamsvloeistoffen uit, waardoor bijvoorbeeld een droge huid kan ontstaan en obstipatie. Hitte kan ook leiden tot psychische kenmerken, zoals hyperactiviteit en agitatie. De kenmerken van Hitte zijn: warmte, beweging stimuleren, droogte, oppervlakkige en brandende pijn. Hitte heeft met name invloed op Hoofd en Hals en de Geest (Shen).

VOCHT

Als Vocht het lichaam binnendringt, leidt dit tot traagheid, vermoeide en zware ledematen, doffe hoofdpijn. Alle lichaamsvloeistoffen zijn dan kleverig en troebel. Vooral de Milt wordt door Vocht aangetast, waardoor de transport- en transformatiefuncties van de Milt worden geremd. Dit leidt tot zwelling van de onderbuik en mogelijk diarree. Andere kenmerken van geremde Miltfunctie zijn verminderde eetlust, slechte spijsvertering, misselijkheid en oedeem. Vocht kan ook in de gewrichten gaan zitten, waardoor stijfheid ontstaat. Vocht is nat, zwaar en aanhoudend en verdwijnt langzaam. Vocht heeft met name invloed op de onderzijde van het lichaam.

Deze externe pathogene factoren kunnen op verschillende manieren acne veroorzaken:

- Hitte valt de Longen aan en wordt gecompliceerd door invasie van externe Wind.
- Hitte valt de Maag aan. Dit komt door opgehoopte Hitte in de Milt en Maag door Hitte-veroorzakende voeding (zie onder *VOEDING*).
- Emotionele disbalans veroorzaakt Hitte in het Bloed
- Flegma tast de functies van de Milt aan, waardoor door ophoping Hitte ontstaat, die opstijgt richting het gelaat

Interne oorzaken van acne

EMOTIES

Emotionele disbalans veroorzaakt Hitte in het Bloed. Het zorgt voor Qi stagnatie welke ophoopt en transformeert in Hitte dat in het Bloed gaat zitten en dan richting de huid gaat.

Een andere manier om het ontstaan van acne door emoties te beschrijven is als Hart Vuur. Emoties genereren hitte en vuur. In de Vijf Elementen Leer is het Hart geassocieerd met Vuur. Hart vuur kan opwaarts gaan en het gezicht aanvallen langs de Hart meridiaan, wat papulaire acne veroorzaakt.

TEVEEL YANG-HITTE IN PUBERTEIT

Het is duidelijk dat acne met name voorkomt in de puberteit. Volgens de levenscyclus van Su Wen (zie bijlage 1) is het lichaam tijdens de puberteit in volle groei, de Qi is excessief aanwezig. Er kan een neiging zijn tot teveel constitutionele Yang-Hitte. Deze Hitte warmt de Ying en Xue levels op. De Bloed-Hitte gaat naar de buitenkant, verstopt de vaten, resulterend in stagnatie van Qi en Bloed.

Levensstijl

VOEDING

In tegenstelling tot in de Westerse Geneeskunde^{1,4,5} wordt voeding in de TCM gezien als een belangrijke ziekteoorzaak van acne. In het artikel van Law et al¹³ wordt een verklaring gegeven waarom voeding nooit als oorzaak van acne aangetoond is. In dit artikel is een onderzoek gedaan, waarbij de patienten worden getypeerd als yin-type of yang-type. In dit onderzoek werd gevonden dat patienten van het yin-type verergering van de acne ondervinden bij het consumeren van yin-voeding (voedsel van eetstalletjes) en patienten van het yang-type verergering van acne bij het consumeren van yang-voeding (pittig voedsel, zoetigheid). Als de patientenpopulatie echter als geheel werd bekeken, zouden er geen significante verschillen te zien zijn, net zoals westerse onderzoeken naar het effect van voedsel op acne.

Hieronder worden de verschillende eetgewoonten besproken die acne volgens TCM in de hand kunnen werken^{8,10,11,13}.

Teveel eten: teveel eten is een frequente ziekteoorzaak in onze samenleving. Het verzwakt de Maag en de Milt, waardoor er accumulatie van vocht en Flegma ontstaat.

Zoete voedingsmiddelen: een excessief verbruik van zoetigheid en suiker blokkeert de transformerende en transporterende functie van de Milt en geeft aanleiding tot Vocht en Flegma.

Warme voedingsmiddelen: gekruid en warm energetisch voedsel (o.a. kerrie, alcohol, lam, rund, specerijen) heeft een warm Yang karakter en verandert in Hitte als het teveel genuttigd wordt gedurende een lange periode. Hitte heeft de neiging om op te stijgen naar boven (naar het gelaat) en zorgt voor kleine rode erupties.

Vettige voedingsmiddelen: door het nuttigen van teveel vis en vettig (gefrituurd) voedsel ontstaat Flegma. Deze blokkeert de transformatie en transportfunctie van de middelste verwarmer en er ontstaat Vuur en Hitte door langdurige accumulatie. Ook deze Hitte neigt naar boven op de stijgen en zorgt voor kleine rode erupties in het gelaat.

Verergering van acne

Langdurige ophoping van Hitte in de Longen en Maag kunnen bloedstase en binding van substanties veroorzaken. Dit transformeert in Damp en genereert flegma, wat zal resulteren in wijdverspreide erupties of vorming van nodulae en cysten.

Persisterende ziekte of emotionele disbalans kunnen stagnatie van Qi en Bloed veroorzaken, wat tevens resulteert in verergering van de aandoening.

3.2.2 Klinisch beeld: verschillende patronen van acne volgens TCM

In de literatuur worden verschillende patronen van acne beschreven. De volgende patronen komen steeds terug in de literatuur:

- Ophoping van Hitte in de Longen^{8,11,14,15}:
Dit patroon ontstaat wanneer Hitte in de Longen gecompliceerd wordt door pathogene Wind, welke retentie veroorzaakt van Long-Hitte in de huid en het vlees. Lesies bevinden zich op de wangen en het voorhoofd en rond de neus en uit zich als kleine rode of vaalrode papels; in ernstige gevallen bevinden zich ook lesies op de borst en rug. Soms zitten er zwarte comedonen tussen. Druk kan excretie van talg of gele purulente uitvloed geven. De huid ziet er vettig en glanzend uit. Bijkomende symptomen zijn een droge mond en neus.
Tong: rood met een dun geel beslag. Pols: snel en oppervlakkig.
- Ophoping van Hitte in de Maag^{8,11,14,15}:
De acnesies zijn hetzelfde als bij het Long-Hitte patroon, behalve dat zij hoofdzakelijk rond de mond gelokaliseerd zijn. Bijkomende symptomen: slechte adem, aversie voor hitte, dorst met een voorkeur voor koude dranken, constipatie, donkere gele urine.
Tong: rood met een dun geel of dik vettig beslag. Pols: glijdend en snel.
- Bloed-Hitte^{8,11}:
Interne schade door emotionele disbalans leidt tot Qi Depressie, uiteindelijk getransformeerd in Hitte. Latente Hitte in het Bloed resulteert uiteindelijk in acne. Lesies manifesteren zich als kleine rode papels op het gezicht, geconcentreerd rond de neus en mond en tussen de wenkbrauwen, gepaard gaand met telangiectasiën, een rood gezicht en een gloeiende sensatie. Bij vrouwen wordt de acne erger voor en na de menstruatie. Bijkomende symptomen: droge ontlasting, gele of rode urine.
Tong: rode punt met dun geel beslag. Pols: koordvormig, glijdend en snel.
- Stagnatie van Qi en Bloed⁸:
Dit patroon presenteert zich als rode of donkerrode erupties op het gezicht die blijven bestaan voor enkele jaren. Bij vrouwen verergeren de erupties meestal tijdens menstruatie en verminderen na de menstruatie. Bijkomende symptomen door disharmonie van Chong en Ren Mai meridiaan kunnen zijn onregelmatige menstruatie, bloedpropjes in de menstruatie en buikpijn. Bij mannen zijn de erupties donkerrood of paarsrood.
Tong: lichaam is donkerrood of heeft stase-tekenen. Pols: diep en koordvormig, ruw.
- Bloed stase en het indikken van vocht^{8,11}:
Dit patroon manifesteert zich als recidiverende en persisterende erupties op de wangen en onderkaak, geleidelijk aan groter wordend, ongelijk uitstekende paars-rode bobbel die zacht aanvoelen bij palpatie, met excretie van pus en bloed of plakkerig gele uitvloed bij druk. Littekens vormen zich na het uitbarsten.
Tong: lichaam is vaalrood met plakkerig en vettig beslag. Pols: glijdend.

Overige patronen:

- Overmatig Vuur in de Hart meridiaan: dit patroon wordt beschreven door Wei Liu et al¹⁴ en heeft sterke gelijkenissen met Bloed-Hitte. Het betreft terugkomende aanvallen in het gezicht. De lesies bevinden zich in het midden van het gezicht en bestaan uit versrode papels, een paar pustels, gepaard gaand met een brandend gevoel in het gezicht, lusteloosheid, angst, donkere urine.
Tong: rode punt met een dun geel beslag. Pols: koordvormig, snel.

- Leverstagnatie met yin-deficiëntie: dit patroon wordt beschreven door Zhaohui¹⁵. Het wordt gekarakteriseerd door donkerrode folliculaire papels met verhoogde talgsecretie. Alle patienten met dit patroon zijn vrouwen van middelbare leeftijd met verergering van de acne voor de menstruatie of met een geschiedenis van dysmenorroe. Tong: rood met weinig beslag. Pols: koordvormig, snel.

3.2.3 Behandeling van acne volgens TCM

In de TCM wordt er gebruik gemaakt van verschillende therapieën, waaronder acupunctuur en fytotherapie.

3.2.3.1 Acupunctuur

De behandeling van acne met acupunctuur wordt op verschillende manieren beschreven. Veelal wordt de behandeling gedifferentieerd in betreffende patronen, andere literatuur beschrijft de acupunctuurbehandeling van acne weer als één algehele behandeling.

In bijlage 3 bevindt zich de lijst van betekenissen van de gebruikte afkortingen.

Selectie van punten gebaseerd op patroonidentificatie:

(Beschrijving van de punten gekozen door de verschillende auteurs)

Hitte in de Long:

Yihou⁸: DM 14, Bl 20, Bl 2, Di 4

Zhaohui¹⁴: Di 4, Di 11, DM 14, Bl 13

Wei Liu¹⁵: gebruikt dezelfde punten als Zhaohui en voegt daarbij toe: Lo 5, DM 10, Bl 40

Uitleg punten:

Di 4 en 11: de Dikke darm heeft een interior-exterior relatie met de Long. Di 4 en Di 11 elimineren Wind en Hitte en openen het externe om Hitte van onder de huid weg te halen.

Lo 5 en Bl 13: halen Hitte uit de Long meridiaan.

DM 10 en 14, Bl 40: de rug wordt gedomineerd door de Blaas en Du Mai meridiaan en lopen beiden ook over het gezicht. DM 10 elimineert Hitte uit de Long en huid, DM 14 en Bl 40 halen Hitte uit de Blaas en Du Mai meridiaan.

Bl 20: klaart Hitte en transformeert Damp

Bl 2: klaart Hitte uit de Longen

Hitte in Milt en Maag:

Yihou⁸: Ma 36, Di 4

Wei Liu¹⁵: Di 4, Di 11, Ma 37, Ma 44, Bl 21, Bl 25, Ma 4, Ma 6, Ma 2

Uitleg punten:

Di 4 en 11: verdrijven samen hitte uit de huid via de dikke darm meridiaan.

Ma 37 en 44 of Ma 36: halen Hitte uit de Maag meridiaan.

Bl 21 en 25: halen Damp-Hitte uit de Maag en Dikke Darm.

Ma 4, 6 en 2: worden gebruikt als lokale punten om hitte te verjagen uit de yangming laag.

Bloedstase en binden van flegma:

Zhaohui⁸: Ma 36, Ma 40, Mi 10

Wei Liu¹⁴: gebruikt dezelfde punten als Zhaohui en voegt daarbij toe: Bl 20, Di 4, Mi 6

Uitleg punten:

Bl 20 en Ma 36: versterken de Milt, harmoniseren de Maag, verwijderen Damp en transformeren flegma.

Ma 40 en Di 4: bewegen Qi, transformeren flegma en pakken noduli aan.

Mi 6 en 10: verwijderen Damp en Hitte, stimuleren het Bloed, transformeren stase en pakken noduli aan.

Overmatig Vuur in de Hart-meridiaan:

Wei Liu¹⁴: DM 14, Bl 17, Bl 15, Ha 7, Di 11.

Uitleg punten:

DM 14, Bl 17 en Bl 15: worden gebruikt om Hart Vuur te elimineren, de Qi flow te reguleren en bloedcirculatie te stimuleren.

Ha 7 en Di 11: verwijderen Hart Vuur en verkoelen het bloed.

Lever stagnatie met yin-deficiëntie:

Zhaohui⁸: Bl 18, Bl 23, Ni 3, Le 3.

Uitleg punten:

Bl 18 en Le 3: accorderingspunt en bronpunt van de Lever.

Bl 23 en Ni 3: accorderingspunt en bronpunt van de Nier.

Disharmonie van Chong Mai en Ren Mai⁸:

Mi 6

Bl 23

Uitleg punten:

Mi 6 en Bl 23: reguleren de Chong Mai en Ren Mai meridianen.

Selectie van punten op de aangedane meridianen⁸:

Di 11

Di 4

Mi 6

Bl 2

Di 20

Selectie van lokale punten⁸:

Lokale punten zijn de punten die dichtbij de lesies gelokaliseerd zijn:

Tai Yang, Bl 2, Di 20, Du 18, Yintang, Ma 6

Uitleg punten:

De lokale punten verkoelen het Bloed en verminderen roodheid, halen Wind weg en verlichten jeuk.

Algemeen:

Volgens Chung-Jen Chen¹⁶ zijn de meest gebruikte punten voor acne Di 4 en Di 11. Ma 36 wordt toegevoegd bij functionele gastro-intestinale klachten, Mi 6 bij dysmenorroe of onregelmatige cyclus. Shen De-Hui et al¹¹ past de accorderingspunten toe: Bl 15, Bl 13, Bl 18, Bl 20 en Bl 23.

Behandelingsfrequentie:

Er zijn verschillende behandelingsregimes beschreven.

Ze variëren van één keer per dag behandelen tot drie keer per week in een kuur van zes tot tien behandelingen achter elkaar, met een totaal van een tot drie kuren. De naalden worden voor 20-30 minuten in de huid gelaten. Sommige auteurs beschrijven dat het laten bloeden van de punten de opgehoopte hitte draineert^{8,11,15}.

Ooracupunctuur:

Bij ooracupunctuur wordt het oor gezien als een reflexgebied van het menselijk lichaam.

Ook ooracupunctuur kan toegepast worden bij de behandeling van acne. Hiervoor zijn door verschillende auteurs verschillende punten beschreven.

Xu Yihou⁸ gebruikt als hoofdpunten: Long en Nier (bilateraal).

Als hulppunten: Hart (voor pustels), Dikke darm (voor obstipatie), Milt (voor een vette huid), Lever en Endocrien (voor een pijnlijke menstruatie).

Empirische punten: Long, Shenmen, Sympathicus, Endocrien, Subcortex.

Men laat de naalden 30 minuten zitten, een keer per twee dagen behandelen, 10 behandelingen.

Wei Liu¹⁵ beschrijft de volgende punten:

Long, Nier, Hart, Milt, endocrien, subcortex, sympathicus, Shenmen, adrenaal en de gezichtspunten.

Twee of drie van deze punten worden per keer behandeld met sterke stimulatie.

Shen De-Hui et al¹¹ beschrijven de volgende punten:

Long, Endocrien, Testikel, Wang, een keer per dag of om de dag, waarbij de naalden 20-30 minuten blijven zitten. Tien behandelingen vormen samen een kuur. Verbetering zou duidelijk moeten zijn na een tot twee kuren.

3.2.3.2 Fytotherapie^{8,11}:

Bij de behandeling van acne volgens TCM wordt ook fytotherapie voorgeschreven. Dit zijn recepten van Chinese Kruiden die meestal afgekookt worden.

Ophoping van Hitte in de Long:

Recept: Pi Pa Qing Fei Yin Jia Jian.

Doel: de kruiden in dit recept verwijderen Hitte uit de Longen, koelen Bloed af en verminderen erytheem. Tevens zijn kruiden toegevoegd die Damp transformeren en de huid bevochtigen.

Ophoping van Hitte in de Maag:

Recept: Tiao Wei Cheng Qi Tang.

Doel: deze kruiden zuiveren de Fu organen en draineren Hitte. Tevens bevat dit recept kruiden die ophoping verwijderen en stagnatie weghalen. Er zijn kruiden toegevoegd die de andere ingrediënten harmoniseren om de snelheid van drainage te verminderen.

Bloed-Hitte:

Recept: Tao Hong Si Wu Tang He Liang Xue Wu Hua Tang Jia Jian.

Doel: Het bloed afkoelen en Hitte verwijderen. Een deel van de kruiden transformeert Bloed stase en vermindert erytheem. Andere toegevoegde kruiden halen Hitte uit de Maag om roodheid in het gezicht te helpen verminderen.

Stagnatie van Qi en Bloed:

Recept: Liang Xue Qing Fei Yin Jia Jian

Doel: Qi bewegen en het bloed reguleren (o.a. menstruatie), Toxiciteit verlichten en flegma verminderen. Hitte uit de Longen halen. Pus verwijderen.

Bloed stase en binden van flegma:

Recept: Hai Zao Yu Hu Tang Jia Jian

Doel: het bloed stimuleren en bloedstase transformeren, flegma verwijderen en hardheid verzachten.

3.2.3.3 Adviezen^{8,10,11,14,15}

Aangezien de TCM een holistische benadering kent, is het zaak om naast de daadwerkelijke behandeling met fytotherapie en acupunctuur ook goede leefadviezen mee te geven. In het geval van acne is het belangrijk om vooral adviezen te geven met betrekking tot voeding, aangezien dit gezien wordt als belangrijke oorzaak van acne.

De volgende adviezen kunnen meegegeven worden:

- verminder de intake van vet voedsel (o.a. gefrituurd) , zoet voedsel (verfijnde suikers en chocola) en verfijnde koolhydraten en eet meer groenten en fruit om het verteringsstelsel te reguleren. Vermijd ook volvette melkprodukten.
- Steroiden, bromide of iodine medicatie is gecontraïndiceerd.
- Goede huidhygiëne is cruciaal bij de behandeling van acne. Veel patiënten gebruiken extra make-up om de acne te bedekken, maar verwijderen deze niet grondig. Dit blokkeert de poriën en verergert de situatie. Adviseer patiënten om het gezicht elke ochtend en avond schoon te maken en te stomen (bijvoorbeeld door een hete handdoek op de huid te leggen voor 5 minuten) en een lichte vochtinbrengende crème te gebruiken nadien. Een gezichtssauna is ook een goede optie. Wrijf niet over de huid en druk de lesies niet uit met de handen, dit kan littekens achterlaten.
- Patiënten moeten veel water drinken (het liefst warm). Dit verdunt de dikke damp van de talg en verbetert de circulatie en eliminatie. Acupunctuurpunt Lo 1 kan ook helpen de talgsecretie te verdunnen.
- Doe meer aan lichaamsbeweging om de circulatie en ontlasting (bij obstipatie) te verbeteren
- Crab apple, een preparaat van Bach flower remedies, is een natuurlijke reiniger voor darmen en huid. Neem 2 druppels in een slok water, 3x per dag.

Let wel: veel patiënten met ernstige vormen van acne gebruiken lange tijd orale antibiotica. De huid kan verergeren als ze hiermee stoppen voor acupunctuur. Helaas zijn deze patiënten geen goede kandidaten voor acupunctuur, omdat dan met hen gewerkt wordt op het ergst mogelijke moment. We zouden de waardevolle eerste behandelingen verkwisten, wanneer het lichaam een slechte respons heeft. Het zou het beste zijn als ze stoppen met de antibiotica, dan een maand wachten en dan komen voor behandeling. Ze kunnen in de tussentijd topische crèmes gebruiken om de symptomen te verlichten.

4. Voorbeelden

Om toe te lichten hoe de voorgaande theorie toe te passen is in de praktijk, worden in dit hoofdstuk drie verschillende voorbeelden besproken van acne.

Voorbeeld 1:

Een 22-jarige man heeft sinds 5 jaar last van perioden van acne. De acne uit zich met name als open en gesloten comedonen, welke soms jeuken. Tevens zijn er soms kleine pustels aanwezig. De meeste lesies zijn gelokaliseerd rondom de neus, enkele op het voorhoofd. Patient heeft vaak dorst, een droge neus en droge ontlasting.

Tong: lichtrood met een dun, geel beslag. Pols: oppervlakkig, snel.

Benadering: De jeuk en comedonen duiden op invasie van Wind, net als het feit dat de acne in aanvallen aanwezig is. De lokalisatie rond de neus duidt op invasie van de Long. Dat patiënt zo vaak dorst heeft met een droge neus en droge ontlasting duidt op Hitte, net als de kleur van de tong en het tongbeslag. De pols duidt op Hitte en een exogene pathogene invloed (Wind).

Patroonidentificatie: Wind-Hitte in de Long.

Beleid: Wind elimineren, Hitte verwijderen, het bloed verkoelen en de jeuk stoppen.

Recept Chinese Kruiden: Pi Pa Qing Fei Yin

Acupunctuur: Di 4, Di 11, Lo 5, DM 14, DM 10, Bl 13, Bl 40.

Voorbeeld 2:

Een 20-jarige vrouw heeft sinds 4 jaar chronisch last van acne. De lesies bestaan uit papels, pijnlijke noduli en soms cysten met pus, die littekens hebben achtergelaten. De lesies zijn gelokaliseerd op het gezicht en de rug. Patiënte heeft een vette huid. Ze heeft een slechte eetlust, losse ontlasting en heeft het vaak warm.

Tong: donkerrood met vettig, wit beslag. Pols: langzaam, diep, glijdend.

Benadering: De pijnlijke noduli duiden op bloedstase. De cysten met pus en de vette huid duiden op flegma. De slechte eetlust en losse ontlasting duiden op een Milt probleem. Het warmtegevoel duidt op Hitte. De kleur van de tong duidt tevens op Hitte, het vettige witte beslag duidt op flegma. De glijdende pols is ook een flegma-teken.

Patroonidentificatie: Ophoping van Flegma en bloedstase met Hitte en Milt deficientie

Beleid: flegma en stase verwijderen, damp elimineren en Hitte verwijderen.

Recept Chinese Kruiden: Hai Zao Yu Hu Tang Jia Jian

Acupunctuur: Bl 20, Ma 36, Ma 40, Di 4, Mi 6, Mi 10.

Voorbeeld 3:

Een 27-jarige vrouw heeft sinds een paar maanden last van acne. Sinds haar 16^e heeft zij nu en dan last gehad van acne comedonica, die gepaard ging met jeuk en steeds vrij snel verdween. De acne die zij nu heeft bestaat echter uit papels rond neus en mond en tussen de wenkbrauwen. Daarbij merkt zij op dat de acne verergert voor de menstruatie en bij stress. Bij emoties en hitte krijgt zij bovendien een rode flush in het gezicht. Patiënte heeft sinds een half jaar een nieuwe baan, die veel stress met zich meebrengt. Haar ontlasting is vaak droog.

Tong: rode tongpunt met dun beslag. Pols: dun, glijdend en snel.

Benadering: De acne die patiënte vroeger had, duidt op Wind-Hitte in de Long. De acne die zij nu heeft, laat echter een ander patroon zien. De stress is hierbij de oorzaak van Hitte in het Bloed. De rode flush, droge ontlasting, invloed van emoties en hitte duiden allen op invloed van Hitte.

Patroonidentificatie: Bloed-Hitte

Beleid: het bloed afkoelen en de hitte elimineren.

Recept Chinese Kruiden: Tao Hong Si Wu Tang He Liang Xue Wu Hua Tang Jia Jian

Acupunctuur: DM 14, Bl 17, Bl 15, Ha 7, Di 11.

5. Conclusie

Het doel van deze scriptie was het vergelijken van de westerse en oosterse visie op de huid en acne. Zoals te verwachten was, zijn er zowel overeenkomsten als verschillen.

Overeenkomsten zijn met name te zien wat betreft de visie op de huid, niet alleen qua anatomie, maar ook wat betreft de functie van de huid. De huid wordt in zowel de westerse als de oosterse literatuur gezien als een beschermer van het lichaam tegen invloeden van buitenaf.

Met betrekking tot het ontstaan van acne zijn er nog veel onduidelijkheden. In de westerse geneeskunde wordt de invloed van factoren als stress en voeding op acne nog betwifteld, terwijl in de praktijk veelal wordt ervaren dat deze factoren wel degelijk invloed hebben op acne. De hoofdrede voor deze twijfel is dat het effect van deze factoren op acne (nog) niet wetenschappelijk bewezen is. Een struikelblok hierbij is, dat zoveel factoren invloed kunnen hebben op acne, dat het effect van een enkele factor moeilijk te bewijzen is.

Een oosterse benadering van de invloed van voedsel op acne in het artikel van Law et al, waarbij gekeken werd naar het type voedsel én het type patient, geeft hier mogelijk een antwoord op. Elke patient heeft een andere reactie op ander type voedsel.

In zijn algemeenheid kan bovendien gezegd worden dat in de TCM meer gekeken wordt naar zowel de patient als de ziekte, waar in de westerse geneeskunde vaak alleen de ziekte behandeld wordt. Het voorgaande voeding-verhaal is hier een goed voorbeeld van.

Door zowel patiënt als ziekte te behandelen, werkt men naar mijn mening ook preventief; er zijn minder recidieven te verwachten, omdat zowel ‘wortel’ als ‘tak’ behandeld wordt.

Hierbij kom ik tevens bij het tweede doel van deze scriptie: de toepassing van TCM in de behandeling van acne. Op het moment wordt TCM naar mijn weten in Nederland niet veel toegepast bij de behandeling van acne, vanwege de goede effecten en het gemak van de reguliere therapie¹⁶. Mijns inziens zou TCM echter een goede aanvulling zijn, zeker gezien de bijwerkingen die reguliere therapieën kunnen hebben, zoals irritatie van de huid, verdunning van de hoornlaag, hogere vatbaarheid voor zonnebrand, antibioticaresistentie en teratogeniteit. Door TCM toe te passen kan het gebruik van reguliere therapieën mogelijk gereduceerd worden, waardoor men minder last heeft van de bijwerkingen. Met name voor vrouwen die zwanger willen worden of zijn of borstvoeding geven is TCM mogelijk een uitkomst, aangezien veel reguliere therapieën teratogeen zijn of worden afgeraden bij zwangerschap. Tevens bij medicatie-intolerantie of –allergie is TCM een goede optie. Bovendien wordt door de holistische aanpak van TCM het gehele welbevinden van de patiënt verbeterd, aangezien ook mogelijke bijkomende symptomen, zoals obstipatie, en emoties, zoals frustratie, in de behandeling meegenomen worden.

Een nadeel van acupunctuur is, dat het vrij belastend is voor een patiënt, aangezien het aantal behandelingen dat wordt aanbevolen vrij hoog is, vrij vaak achter elkaar en voor langere tijd.

Daarentegen duurt het bij reguliere therapieën vaak ook langer eer er resultaat zichtbaar is, van een maand tot wel een half jaar.

Bovendien zijn de ernstigere gevallen van acne moeilijk te behandelen met TCM, waardoor men eerst verbetering moet zien te behalen met reguliere therapie, waarna over gegaan kan worden op een combinatie met TCM.

Mijns inziens is er een voorkeur voor een combinatie van reguliere therapie en TCM voor een optimale behandeling. Beiden hebben namelijk voor- en nadelen. Er zou dus gekeken moeten worden naar ernst van de acne, de vraag of de patient openstaat voor reguliere therapie of een contra-indicatie heeft hiervoor (denk aan bijwerkingen, zwangerschap, teratogeniteit), de vraag of de patient openstaat voor TCM (bijvoorbeeld bereidheid om vaak langs te komen voor behandeling) en welke bijkomende symptomen er zijn die meebehandeld kunnen worden. Adviezen over huidhygiëne en voeding dragen bij aan preventie en zouden altijd gegeven moeten worden.

6. Samenvatting

Het doel van deze scriptie is het vergelijken van de westerse visie op de huid en acne met de oosterse visie en het achterhalen of de oosterse benadering van acne een goede toevoeging kan zijn op de behandeling van acne.

Om tot de vergelijking te komen is de huid en acne beschreven, zoals deze in de reguliere, westerse geneeskunde benaderd wordt, gevolgd door de oosterse benadering.

Of een oosterse benadering van acne een goede toevoeging is op de behandeling van acne kan over getwist worden.

Reguliere, westerse therapie van acne is (vaak) effectief en gemakkelijk. Daarentegen duurt het vaak lang eer er resultaat zichtbaar is en hebben veel reguliere medicijnen voor acne bijwerkingen, waarvan er enkele ernstig kunnen zijn en die gecontraïndiceerd zijn voor bijvoorbeeld zwangeren en mensen met medicatie-intolerantie of –allergie.

De TCM werkt holistisch en behandelt zowel de patiënt als de ziekte. Hierdoor wordt vaak zowel de oorzaak aangepakt als de symptomen, waarbij tevens eventuele andere klachten meebehandeld worden. Bovendien heeft TCM weinig tot geen bijwerkingen. Daarentegen is acupunctuur vrij belastend voor de patient, aangezien de behandelingen vaak achter elkaar plaats dienen te vinden en voor langere tijd. Daarbij komt dat de ernstigere vormen van acne moeilijk te behandelen zijn met enkel TCM.

Geconcludeerd kan worden dat een combinatie van westerse en oosterse therapie de voorkeur heeft, zodat de patiënt optimaal behandeld wordt: snel, met zo min mogelijk ongewenste bijwerkingen en met een optimaal welbevinden.

Summary:

The goal of this thesis is to compare the western view on the skin and acne with the eastern view and to learn whether the eastern approach would be a good addition to the treatment of acne.

To get to the comparison of both views, I described the skin and acne, as they are approached in the regular, western medicine, followed by the eastern approach.

The question whether an eastern approach would be a good addition to the treatment of acne can be disputed.

Regular, western treatment of acne is (often) effective and convenient. On the other hand, it does often take long before the effect is visible and most of the regular medication for acne have side-effects, of which some are rather severe and contra-indicated for, for example, pregnant women or patients with medication intolerance or medication allergy.

The Traditional Chinese Medicine (TCM) works holistic and treats the patient, as well as the disease. That is why it deals with the cause of acne as well as the symptoms and by doing so, any other existing complaints are often also treated. In addition, TCM hardly has any negative side-effects.

On the contrary, acupuncture is rather intense for patients, since treatments should take place rather often and for a longer period. Moreover, the severe cases of acne are difficult to treat with TCM only.

In short we can conclude that a combination of western and eastern therapy is preferred, so that the patient will receive an optimal treatment: fast, with as less negative side-effects as possible and with an optimal sense of wellbeing.

7. Bronvermelding

- ¹ Dermato-venereologie voor de eerste lijn – J.H. Sillevius Smitt, J.J.E. van Everdingen, Th. M. Starink, M. De Haan, 2004, zevende geheel herziene druk
- ² Dermatology – Jean L Bologna, Joseph L Jorizzo, Ronald P Rapini et al, 2008, second edition
- ³ Praktische Dermatologie – dr. R.I.F. van der Waal, prof.dr. H.A.M. Neumann, 2009
- ⁴ NHG standaard ‘Acne’, september 2007
- ⁵ www.huidziekten.nl
- ⁶ www.farmacotherapeutischkompas.nl
- ⁷ Diagnosis in Chinese medicine: a comprehensive guide – Giovanni Macocia, 2004
- ⁸ Dermatology in Traditional Chinese Medicine – Xu Yihou
- ⁹ De Grondslagen van de Chinese Geneeskunde – Giovanni Maciocia, 2005, tweede uitgave
- ¹⁰ Cosmetic Acupuncture, A Traditional Chinese Medicine Approach to cosmetic and Dermatological Problems – Radha Thambirajah
- ¹¹ Manual of Dermatology in Chinese Medicine – Shen De-Hui, Wu Xiu-Fen, Nissi Wang
- ¹² Acupunctuur – Coen van der Molen, 1999, vierde gecorrigeerde en aangevulde druk
- ¹³ An investigation of the association between diet and occurrence of acne: a rational approach from a traditional Chinese medicine perspective – M.P.M. Law, A.A. T. Chuh, N. Molinari en A. Lee – Clinical and Experimental Dermatology 2009, 35, 31-35
- ¹⁴ Clinical Observation on the Effect of Earlobe-Bleeding plus Body Acupuncture in 85 Cases of Common Acne – Liu Zhaohui - Journal of Traditional Chinese Medicine 2008; 28(1):18-20
- ¹⁵ The treatment of Acne with Acupuncture and Acupuncture-related Therapies – Wei Liu & Wen Jiang - Journal of Chinese Medicine, number 81, June 2006
- ¹⁶ Acupuncture, electrostimulation, and reflex therapy in dermatology – Chung-Jen Chen & Hsin-Su Yu – Dermatologic Therapy, Vol. 16, 2003, 87-92

8. Bijlagen1. De levenscycli volgens Su Wen

7-jarige levenscyclus vrouw	
7 ^e levensjaar	Nier Qi is vol, de permanente tanden komen uit, het haar groeit lang
14 ^e levensjaar	Het hemelse water (menstruatie) is volop aanwezig, de Ren Mai stroomt vrij, de Chong Mai straalt, de menstruatie begint en conceptie is mogelijk.
21 ^e levensjaar	Nier Qi is sterk en gezond, verstandskiezen komen uit, het lichaam is vitaal en in bloei
28 ^e levensjaar	Spieren en botten zijn goed ontwikkeld en het haar en de secundaire geslachtskenmerken zijn compleet. Dit is de piek van de vrouwelijke cyclus.
35 ^e levensjaar	Maag en dikke darm meridiaan verzwakken, waardoor er rimpels ontstaan in het gezicht (zij voeden gezichtsspieren), het haar wordt dun
42 ^e levensjaar	Alle Yangmeridianen zijn verzwakt, het hele gezicht is gerimpeld, het haar wordt grijs
49 ^e levensjaar	Ren Mai en Chong Mai zijn totaal leeg, het hemelse water is uitgeput, het lichaam takelt af en ze kan geen kinderen meer krijgen

8-jarige levenscyclus man	
8 ^e levensjaar	Nier Qi is vol, de permanente tanden komen uit, het haar groeit lang
16 ^e levensjaar	Nier Qi bloeit, het hemelse water (sperma) is volop aanwezig, Essentie is rijp, dus voortplanting is mogelijk
24 ^e levensjaar	Nier Qi is in overvloed aanwezig, de pezen en botten zijn sterk, de verstandskiezen komen uit
32 ^e levensjaar	Het lichaam is op zijn sterkst, en de functies van de man zijn op hun piek
40 ^e levensjaar	De Nier Qi begint op te raken, de tanden komen los, het haar valt uit
48 ^e levensjaar	De Yang energie van het hoofd raakt op, het gelaat wordt vaal, het haar wordt grijs, de tanden takelen af
56 ^e levensjaar	De Lever Qi verzwakt, waardoor de pezen stijf worden
64 ^e levensjaar	Het hemelse water droogt op, de essentie verzwakt, resulterend in uitputting van de Nier, vermoeidheid en zwakte.

2. Huidtekens

Huidtekens	
Droog	Lever Bloed Leegte
Jeuk	Wind
Pitting oedeem	Nier Yang Leegte
Non-Pitting oedeem	Qi Stagnatie
Papels	Warmte in Long/Maag
Vesikels	Vocht
Helder gele huid	Yanggeelzucht door Warmte Vocht
Dofgele huid	Yingeelzucht door Koude Vocht
Rode maculae/venulen	Bloed Warmte
Purperen maculae/venulen	Bloed Stase
Groene maculae/venules	Pijn
Blauwe maculae/venules	Koude in het Bloed

3. Afkortingen:

Ha: Hart
Du: Dunne Darm
Bl: Blaas
Ni: Nier

Kri: Kringloop
3V: Drievoudige verwarmmer
Ga: Galblaas
Le: Lever

Lo: Long
Di: Dikke Darm
Ma: Maag
Mi: Milt

RM: Ren Mai
DM: Du Mai