

Lichen Planus

■ In het kort

- Bij lichen planus zitten er ontstekingen in de huid, haarzakjes, nagels, of de slijmvliezen:
 - in de huid: meestal rode of rood paarse jeukende platte bultjes
 - in de slijmvliezen: kleine witte streepjes, rode plekken, wondjes of allebei
 - in de haarzakjes: het haar kan dunner worden
 - in de nagels: de nagels kunnen vergroeien en makkelijk splijten
- Het is niet duidelijk waardoor lichen planus komt.
- De behandeling begint met ontstekingsremmende hormoonzalf.
- Lichen planus in de mond of aan de binnenkant van de vulva geeft een iets grotere kans op kanker.
- Vrouwen hebben iets vaker lichen planus dan mannen. Bij kinderen komt het weinig voor.

■ Waardoor komt lichen planus?

Het is niet duidelijk waardoor lichen planus komt. Er zijn waarschijnlijk verschillende oorzaken.

- Soms komt het door een fout in de afweer (auto-immuunziekte). Uw eigen afweer valt dan gezonde cellen aan in uw huid of slijmvliezen.
- Soms hebben mensen die lichen planus hebben ook hepatitis C of een andere virusinfectie. We weten nog niet echt of dat toeval is of niet. Lichen planus komt in sommige families vaker voor. Het is misschien erfelijk.
- Lichen planus op de huid komt vaker voor bij mensen die bepaalde medicijnen gebruiken. Het gaat om pijnstillers zoals ibuprofen (NSAID's) en medicijnen tegen een hoge bloeddruk of hartproblemen (bètablokkers en ACE-remmers).
- Lichen planus in de mond kan soms ontstaan door materialen die de tandarts gebruikt, bijvoorbeeld om vullingen te maken.
- Lichen planus op de lippen kan ook komen door een allergie. Bijvoorbeeld een allergie voor tandpasta.

Door [stress](#) kan lichen planus erger worden.
Het is niet besmettelijk. U krijgt het ook niet via seks.

■ Wat merk ik bij lichen planus?

Lichen planus in de **huid**

Als de ontstekingen in de huid zitten, ziet u kleine rode of rood paarse platte bultjes op de huid. Er kunnen kleine witte streepjes op de bultjes zitten. De bultjes jeuken meestal. Soms zijn er dikkere, grotere plekken.

- U ziet kleine rode of rood paarse platte bultjes op uw huid.
- Er kunnen kleine witte streepjes op de plekjes zitten.
- De bultjes jeuken meestal.
- Ze zitten in groepjes bij elkaar.
- De groepjes bultjes kunnen ook samengaan. Er komt dan een grote rode plek van een paar centimeter.
- De bultjes zitten vaak op de polsen, onder aan de rug (bij het stuitje), in de nek en op de enkels.
- Mensen met een donkere huid krijgen soms donkere vlekken in het gezicht, de hals en op de armen.
- Bij mannen kunnen de bultjes op de buitenkant van de penis zitten.
- Bij vrouwen kunnen de bultjes op de buitenkant van de vulva
- Soms komen er dikkere plekken op de scheenbenen. In deze plekken kan heel soms kanker ontstaan.
- Op de enkels lijken de bultjes soms op wratjes.
- Op plekken waar uw huid kapot is, komen vaak nieuwe bultjes. Bijvoorbeeld doordat u krabt.

Lichen planus in de **slijmvliezen**

Als de ontstekingen in de slijmvliezen zitten, doet dat vaak pijn. U ziet meestal kleine witte streepjes en rode plekken die op schaafwonden lijken. Er kunnen pijnlijke wondjes ontstaan. Lichen planus in de slijmvliezen gaat meestal niet over.

De ontstekingen in de slijmvliezen zitten meestal op deze plekken:

- In de mond
- Binnenkant van de schaamlippen (vulva) of in de vagina
- penis

Lichen planus in de slijmvliezen van de **mond**

- U ziet meestal kleine witte of lichtgrijze streepjes aan de binnenkant van uw wangen, op uw tandvlees, lippen of tong.
- Uw tandvlees kan pijn doen en snel bloeden.

- Soms is het slijmvlies in de mond rood en zitten er zweertjes.
- Bij lichen planus in de mond is er een iets grotere kans op mondkanker.

*Lichen planus in de slijmvliesen aan de binnenkant van de **vulva (schaamlippen)** en in de **vagina***

- U ziet rode glanzende plekken of wondjes aan de binnenkant van uw vulva of bij de ingang van uw vagina. Soms ziet u ook witte wat dikkere plekken of kleine witte streepjes
- De rode plekken en wondjes kunnen ook in de vagina zitten.
- U kunt last hebben van pijn en een branderig gevoel, vooral bij het plassen en het vrijen.
- Na het vrijen kan uw vagina bloeden.
- Het kan ook zijn dat u er bijna niets van merkt.
- De huid kan dik en hard worden.
- Als de klachten lang blijven, kunnen uw binnenste vulvalippen kleiner worden. Ook kan het stukje huid dat over de clitoris zit, de hele clitoris gaan bedekken. Soms wordt ook de ingang van de vagina smaller.
- Vrouwen die dit hebben, kunnen ook lichen planus op andere plekken hebben.

*Lichen planus in de slijmvliesen van de **penis***

- U ziet kleine witte streepjes, wondjes of zweertjes op uw eikel of de binnenkant van uw voorhuid.
- U kunt last hebben van pijn en een branderig gevoel, vooral bij het vrijen.
- Het kan ook zijn dat u er bijna niets van merkt.
- De huid van de eikel kan dik en hard worden.
- Als de klachten lang blijven, kan de voorhuid aan de eikel vast gaan zitten.
- Mannen die dit hebben, kunnen ook lichen planus op andere plekken hebben.

*Lichen planus op **andere plekken***

Lichen planus kan ook op andere plekken zitten.

Bijvoorbeeld:

- in de nagels
Ze kunnen kapotgaan, anders groeien, doormidden scheuren en pijn doen.
- in de haarzakjes op uw hoofd of de wenkbrauwen
U krijgt dan jeuk of kale plekken.

- in de slokdarm
U krijgt bijvoorbeeld last van brandend maagzuur, een hese stem of moeite met slikken. Soms ontstaat er kanker in lichen planus van de slokdarm.

■ Behandeling

Bij bultjes op de huid

U krijgt u meestal een hormoonzalf of hormooncrème (corticosteroiden op de huid) van uw arts. Deze zalf zorgt ervoor dat de huid beter wordt en dat de jeuk minder wordt. Meer informatie hierover staat in de folder 'Corticosteroiden voor de huid'. Soms krijgt u een ander soort zalf, bijvoorbeeld tacrolimuszalf of pimecrolimuscrème. Deze crèmes onderdrukken de afweer op de plek waar u de crème smeert. De arts of uw apotheker legt uit hoe u de zalf of crème precies moet gebruiken.

Als u op veel plekken bultjes op de huid heeft, kan het zijn dat u tabletten krijgt die de ontsteking verminderen. Voorbeelden hiervan zijn prednison, acitretine of ciclosporine. Ook wordt er weleens gekozen voor een behandeling met ultraviolet licht. Lichen planus van de huid gaat vaak binnen twee jaar over.

Bij lichen planus in de slijmvliezen van de geslachtsdelen

Lichen planus van de geslachtsdelen is moeilijker te behandelen dan de bultjes op de huid. Ook blijft het langer bestaan, het is een chronische ontstekingsziekte. U krijgt een corticosteroidzalf of een zalf die de afweer op de plek waar u smeert onderdrukt. Dit is meestal tacrolimuszalf of pimecrolimuscrème.

Vooraf is niet goed te zeggen of de behandeling gaat helpen. Als de klachten te erg blijven, kan de arts u medicijnen geven die ontsteking remmen of de afweer onderdrukken. Bijvoorbeeld prednison, acitretine, hydroxychloroquine, methotrexaat of ciclosporine.

Lichen planus bij de penis of vagina kan problemen geven met seks, zoals pijn bij vrijen of schaamte. Praat er gerust over met uw arts. U kunt ook vragen of de arts u wil doorsturen naar een specialist in problemen met seks (seksuoloog), een psycholoog of een bekkenbodempysiotherapeut.

Bij lichen planus in de mond

Lichen planus in de mond gaat meestal niet over. Dat betekent dat u nog klachten kunt blijven houden ondanks de behandeling.

Voor de behandeling van lichen planus in de mond worden vaak speciale 'plakzalven', gels, sprays of mondspoelingen gebruikt. In deze producten zitten corticosteroiden. Als deze onvoldoende werken, kunt u tacrolimuszalf, pimecrolimus-zalf of tretinoïne-vloeistof krijgen. Bij veel pijn kunnen verdovende gel (lidocaïne) tijdelijk verlichting geven in de mond.

■ Wat kunt u zelf nog doen?

- Probeer uw huid zo min mogelijk te beschadigen, want in beschadigde huid kan een nieuwe lichen planus plek ontstaan.
- Probeer bij lichen planus aan de geslachtsdelen voorzichtig te zijn met de kwetsbare huid. Draag dus geen te strakke kleding, kleding die schuurt en zorg eventueel voor een aangepast fietszadel.
- Gebruik bij de verzorging van uw geslachtsdelen geen washandjes, maar de douchekop met alleen lauwwarm water. Daarna voorzichtig droogdeppen.
- Bij lichen planus in uw mond, kan bepaald eten en drinken de klachten verergeren doordat uw slijmvliezen kapot zijn. Bijvoorbeeld sterk gekruid eten, citrusvruchten, tomaten, cafeïne-houdende dranken zoals koffie en cola, knapperig eten zoals toast en chips. Als u het gevoel heeft dat dit zo is, kunt u deze producten beter niet nemen.
- Het is belangrijk om bij lichen planus in de mond regelmatig naar de tandarts of mondhygiëniste gaan, omdat de lichen planus het gebit en het tandvles kan beschadigen.
- Controleer uw slijmvliezen regelmatig. Als u zelf een bult ontdekt die snel groter wordt, een ruwe plek voelt of als er een wond ontstaat die niet geneest, is het belangrijk om deze te laten nakijken door uw arts.
- Als u lichen planus op een plek heeft kan het ook op andere plekken komen. Vraag de arts of u ook lichen planus op andere plekken heeft.

■ Is lichen planus gevaarlijk?

Mensen met lichen planus bij de slijmvliezen hebben een iets verhoogd risico op het krijgen van huidkanker bij de slijmvliezen (plaveiselcelcarcinoom). Als u lichen planus in de mond heeft, is er een kleine kans dat u hierdoor mondkanker krijgt. Het is extra belangrijk om te stoppen met roken en minder alcohol te gebruiken om het risico op kanker te verminderen. Ook bij lichen planus op de geslachtsdelen is er een heel klein risico op huidkanker in de lichen planus plek.

U kunt onrustige (kanker)cellen herkennen aan:

- Het ontstaan van ruwe en soms harde plekken op de slijmvliezen van uw mond of op de geslachtsdelen.
- Snel groter worden van bulten op de plekken waar u lichen planus heeft.
- Een wondje wat maar niet geneest ondanks de voorgeschreven behandeling.

Als u een of meer van deze drie dingen ziet, laat dit dan direct weten aan uw arts. Onrustige cellen worden zo op tijd ontdekt en kunnen dan snel behandeld worden.

■ Is lichen planus te genezen?

Het is niet mogelijk om door behandeling de lichen planus te genezen. Behandeling kan er wel voor zorgen dat de klachten minder worden. Als u lichen planus op de huid heeft, is de kans groot dat uw klachten binnen 2 jaar vanzelf verdwijnen. Tijdens de behandeling en ook als de lichen planus spontaan over is gegaan, ziet u vaak nog donkerbruine vlekken op uw huid. Deze vlekken verdwijnen meestal in de loop van de tijd vanzelf.

Na genezing kan lichen planus terugkomen, ook als u al jaren geen klachten meer heeft. Waarom dit gebeurt, is onbekend.

Lichen planus in de mond of bij de geslachtsdelen geneest meestal niet vanzelf. U kunt dan lang klachten houden zoals branderigheid en pijn, vooral bij de geslachtsdelen. Als u hierdoor seksuele problemen krijgt, is het verstandig om dit met uw arts te bespreken. Om de problemen met vrijen/seks te verbeteren, kan hulp van een gespecialiseerde bekkenfysiotherapeut of seksuoloog helpen.

Patiëntenvereniging

Er is een Lichen Planus Vereniging Nederland, zie www.lichenplanus.nl. Op deze website kunt u meer lezen over lichen planus.

Samenwerkingsverband Anogenitaal Netwerk

In het Anogenitaal Netwerk werken dokters uit verschillende ziekenhuizen en van meerdere medische specialismen met elkaar en met andere zorgverleners samen rondom de zorg aan patiënten met anogenitale klachten. In het Anogenitaal Netwerk delen dokters hun kennis en expertise rondom patiëntenzorg en wetenschappelijk onderzoek met elkaar. Ons doel: de beste zorg, op het beste tijdstip en op de beste plek.

