

## Pseudofolliculitis barbae



Pseudofolliculitis barbae wordt gekenmerkt door chronische ontstekingen rond de haarzakjes als gevolg van ingegroeide haren in het baardgebied. Het is niet alleen cosmetisch storend door het ontstaan van rode en donkerbruin tot zwart gekleurde bultjes en vlekken maar ook pijnlijk, branderig of jeukend.

### Hoe ontstaat Pseudofolliculitis barbae?

Pseudofolliculitis barbae ontstaat voornamelijk bij mensen met een donker huidtype en gekruld haar. Niet alleen het haar maar ook het haarzakje is gekruld. Bovendien is het dwarsprofiel van het haar bij deze bevolkingsgroepen niet rond maar meer ovaal. Al deze omstandigheden bevorderen het ingroeien van haren. Indien het haar kort wordt afgeschoren of door mechanische epilatie eruit wordt getrokken ontstaat een scherpe punt die de wand van het haarzakje kan doorboren. Men spreekt dan van een ingegroeid haar. Een ontsteking van de huid eventueel met bijkomende bacteriële infectie is het gevolg.

### Wat zijn de vooruitzichten?

Pseudofolliculitis barbae heeft een chronisch beloop waarbij steeds weer haren ingroeien.

### Wat is de behandeling van Pseudofolliculitis barbae?

In eerste instantie bestaat de behandeling uit algemene adviezen en lokale therapie. Kort afgeschoren haren maar ook het epilieren (uittrekken, harsen) van haren verhogen het risico op ingegroeide haren. Daarnaast worden hormooncrèmes regelmatig voorgeschreven om de ontsteking te remmen. Antibiotica en ontsmettingsmiddelen worden gebruikt om mogelijke bacteriële infecties te behandelen.

Verbetering is alleen te bereiken door het haar niet meer te scheren/epileren of door het haar te verwijderen door laser-ontharing. Met de laser zijn vaak meer dan 4 behandelingen nodig voor een goed effect. Het is belangrijk om te beseffen dat de haren in het door laser behandelde gebied niet meer terugkomen. Elektrische epilatie wordt niet geadviseerd wegens de lage effectiviteit en de kans op het ontstaan van bruine vlekken (hyperpigmentatie).

### Wat kunt u zelf doen?

Hoe korter de haren worden geschoren hoe groter de kans op het ingroeien ervan. Algemeen wordt geadviseerd om de baardharen niet kort af te scheren. Scheersystemen met meer dan een scheermesje zijn daarom af te raden, net zoals scheren tegen de groeirichting van de haren. Indien het scheren helemaal wordt gestaakt, verdwijnen of verminderen de klachten in het algemeen na enkele maanden. Donkere vlekken en bultjes verbeteren echter pas na maanden of jaren.