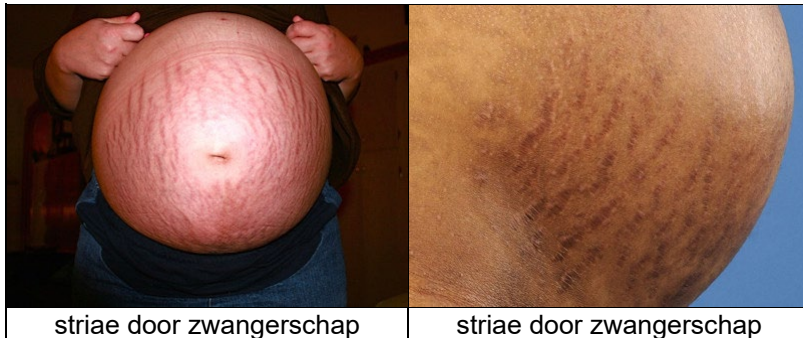

STRIAE (ZWANGERSCHAPS STRIEMEN, STRETCHMARKS)

WAT ZIJN STRIAE ?

Striae (striemen, stretchmarks) zijn lijnvormige huidafwijkingen die ontstaan als de huid in korte tijd te snel opgerekt wordt. Ze komen heel vaak voor, vooral in de zwangerschap op de buik en op de borsten. Circa 90% van de zwangeren heeft er last van. Het is niet ernstig, maar veel vrouwen vinden het wel cosmetisch bezwaarlijk en vragen zich af of er een mogelijkheid is om de strepen minder zichtbaar te maken of te verwijderen. Dit blijkt niet zo makkelijk te zijn, eigenlijk is er geen goede behandeling voor striae. Gelukkig worden ze wel vanzelf minder zichtbaar na verloop van maanden tot jaren.



WAT IS DE OORZAAK VAN STRIAE ?

Striae ontstaan doordat het onderhuidse bindweefsel de snelle groei en uitrekking van de huid niet bij kan houden en scheurt. Het onderhuidse bindweefsel bestaat uit stevige vezels (de collageenvezels). Deze kunnen een klein stukje uitrekken, maar niet veel. Als de huid teveel oprekt scheuren ze. De bovenste laag van de huid is heel elastisch, die scheurt niet en groeit gewoon mee. Maar de huid in de striae gaat er wel anders uit zien: het wordt wat gladder, dunner, uitgerekt, en het heeft in het begin een rozerode of paarse kleur. Hierdoor steken de striae zichtbaar af ten opzichte van de omgevende huid. Na maanden tot jaren worden de striae weer minder zichtbaar omdat er nieuw bindweefsel wordt aangemaakt.

IN WELKE SITUATIES KUNNEN STRIAE ONTSTAAN ?

Striae kunnen ontstaan in elke situatie waarin de huid in korte tijd oprekt (zwangerschap, borstvoeding, borstvergroting, dikker worden, tijdens de groeispurt in de pubertijd, bij toename spiermassa door training). Ook kunnen striae ontstaan door gebruik van lokale corticosteroïd crèmes of zalven, door het slikken van corticosteroïden of andere hormonen, en bij ziekten waarbij de hormoonhuishouding gestoord is zoals het syndroom van Cushing.

Zwangerschap

Bij 90% van de vrouwen ontstaan striae tijdens de zwangerschap. De buikomvang neemt in korte tijd enorm toe, en ook de borsten worden groter onder invloed van de zwangerschapshormonen. De striae (zwangerschaps-striemen) zitten vooral op de buik, en op de borsten.

Borstvoeding en borstvergroting

Aan het eind van de zwangerschap worden de borsten groter en voller, hierdoor kunnen striae op de borst ontstaan, vaak aan de onderkant, maar het kan ook rondom de tepel zitten. Ook bij borstvergroting kunnen striae ontstaan, vooral als het siliconen implantaat te groot is in verhouding tot de oorspronkelijke borstmaat.

Overgewicht

Striae kunnen ook ontstaan als iemand snel dikker wordt. met name op de buik, dijen, binnenzijde bovenbenen, en de bovenarmen.

Groeispurt tijdens de puberteit

Tijdens de puberteit kunnen striae ontstaan bij kinderen die in korte tijd snel groeien. Dit wordt ook wel de groeispurt genoemd. Ook dan kunnen striae ontstaan. Dit zie je vooral bij jongens tussen de 10 en 16 jaar en bij meisjes en tussen de 14 en 20 jaar. De striae in de puberteit zitten vooral op de dijen, billen, de onderrug en de borsten. Typisch voor puberteit striae zijn horizontale strepen op de onderrug. In het begin zijn de strepen rozig of paarsig, ze kunnen zelfs verheven zijn. Na maanden tot jaren worden ze minder zichtbaar.



Bodybuilding

Bij bodybuilders ontstaan striae als door de snelle groei van het spierweefsel de het vel uitgerekt, waardoor striae kunnen verschijnen, met name op de armen, bovenbenen, en borsten.

Veelvuldig gebruik van corticosteroïd crèmes of systemische corticosteroïden

Deze corticosteroïden, bijnierschors hormonen, hebben een verzwakkend effect op het bindweefsel. De huid kan striae vertonen en of heel dun worden.



Ziekte van Cushing

Personen die aan de ziekte van Cushing lijden kunnen striae hebben op buik, benen en bovenarmen.

BEHANDELING

Er is geen goede behandeling voor striae. Er wordt wel veel reclame gemaakt voor allerlei huidverzorgende producten, en behandeling met diverse soorten laserapparaten en andere apparatuur. Maar de effectiviteit daarvan is gering. Hooguit kan de roodheid minder zichtbaar worden gemaakt met sommige lasers, maar die zal ook vanzelf afnemen na verloop van tijd. Chemische peelings bewerken alleen de oppervlakte, en daar zit het probleem niet. Striae worden vanzelf minder zichtbaar, doordat er onderhuids weer bindweefsel wordt aangemaakt. Het beste is om dit natuurlijk herstel af te wachten en geen kapitalen uit te geven aan anti-striae-crèmes en laserbehandelingen in schoonheids-salons en -klinieken waarvan het resultaat gering is.

