

# Onderzoek naar alopecia areata hbo-studenten Huidtherapie

Tekst Linda A.



**“Welke relaties tussen het ziekteverloop van alopecia areata en voeding, voedingsstoffen, of een verlaagd voedingsstofgehalte worden in wetenschappelijke literatuur aangetoond en/of vermoed?” en “Wat is de perceptie van patiënten die lid zijn van de Alopecia Vereniging op de verschillende oorzaken van alopecia areata in relatie tot de gegeven behandeling en de resultaten hiervan?”**

Dit waren de vraagstellingen van respectievelijk Sieuwke de Vries & Juliette Bosch en Kimberly Martina & Sarah van Velsen voor hun afstudeeropdracht. De hbo-studenten Huidtherapie deden op verzoek van de Alopecia Vereniging hiernaar onderzoek. Beide onderzoeken werden met een goed resultaat beloond door de beoordelaars, want Sieuwke & Juliette kregen een 8,5 voor het rapport en een 9,0 voor de verdediging en Kimberly & Sarah scoorden een 8,0 en 8,5 en bleek hun scriptie zelfs van een honoursniveau te zijn. Linda A. had een interview met de dames.

**Waarom hebben jullie alopecia areata als onderwerp gekozen voor jullie afstudeeropdracht?**

S&J: Wij wilden graag iets onderzoeken wat echt iets zou kunnen bijdragen aan de huidtherapie en waar patiënten baat bij zouden kunnen hebben. Daarnaast vinden wij alopecia areata beiden een interessante aandoening, omdat er nog zo weinig over bekend is en het toch vrij veel voorkomt.

K&S: Volgens de literatuur zijn de meningen over de oorzaak van alopecia areata sterk verdeeld. Ook het effect van vele verschillende interventies om alopecia areata mogelijk te verbeteren of te genezen is onduidelijk. Na ons verdiept te hebben in het onderwerp, zagen wij een mooie uitdaging om hier onderzoek over te doen.

**Wordt alopecia areata behandeld tijdens jullie studie Huidtherapie?**

S&J: Ja, tijdens de hoorcolleges. Daarnaast hebben wij tijdens een klinische les eens een patiënt gezien met alopecia areata. Tijdens de klinische lessen, die worden geleid door een dermatoloog, komen er echte patiënten langs met uiteenlopende huidaandoeningen en stellen de huidtherapiestudenten vragen om erachter te komen om wat voor aandoening het gaat. De casus van de patiënt met alopecia areata vonden wij heel interessant en is ons bijgebleven.

**Hoe hebben jullie het onderzoek aangepakt?**

S&J: Ons onderzoek was een literatuuronderzoek waarbij wij hebben gezocht op bijna alle mogelijke voedingsstoffen en voedingsmiddelen in relatie tot alopecia areata. Doordat de onderzoeksvraag breed was, waren de uitkomsten erg uiteenlopend. Uiteindelijk rolden daar twaalf artikelen uit die over het onderwerp gingen en die we konden gebruiken voor ons onderzoek. We vonden het opvallend dat er nog zo weinig onderzoek is gedaan naar de relatie tussen voeding en alopecia areata.

K&S: Wij hebben besloten om aan de hand van een literatuuronderzoek een praktijkonderzoek uit te voeren door middel van een online enquête. Op deze wijze was het mogelijk om via de leden van de Alopecia Vereniging informatie te ontvangen met betrekking tot de oorzaak en de behandelingen van alopecia areata.

Op de enquête hebben wij een respons van 240 respondenten ontvangen. Wij waren zeer tevreden met het aantal respondenten aangezien hierdoor de betrouwbaarheid van ons onderzoek zeer groot was. Daarnaast kregen wij ook positieve reacties van de respondenten zelf toegestuurd.

**Sieuwke & Juliette, in jullie scriptie schrijven jullie dat voedingsadvies bij auto-immuunziektes veelbelovend kan zijn. Is dat ook het geval bij alopecia areata?**

S&J: Daar kunnen we nu nog niet zoveel over zeggen, omdat er nog maar heel weinig onderzoek is gedaan naar de relatie tussen voeding en alopecia areata en de meeste onderzoeken zich alleen nog maar hebben gericht op verlaagde voedingsstofgehalten in het bloed bij patiënten met alopecia areata ten opzichte van gezonde controlepersonen. Wij hopen dat aanvulling van specifieke voedingsstoffen tot nieuwe haargroei leidt en een dieet dus zinvol is, maar die conclusie kunnen we nu nog niet trekken.

**Wat zijn de resultaten van jullie onderzoek en welke conclusies kunnen jullie daaraan verbinden?**

S&J: Kort samengevat hebben wij significante verbanden gevonden tussen alopecia areata en een verlaagd gehalte in het bloed van zink, vitamine E en vitamine D. Daarnaast zijn er verbanden gevonden tussen alopecia areata en suppletie van quercetine bij muizen, waarbij quercetine zowel preventief als ter bestrijding van de kaalheid werd ingezet.

De resultaten zijn echter gebaseerd op artikelen van lage kwaliteit en om harde uitspraken te kunnen doen, moet hier verder onderzoek naar worden gedaan. Daarnaast is nog niet vast te stellen op basis van de bestaande wetenschappelijke informatie of inname van deze voedingsstoffen ook leidt tot preventie of bestrijding van haaruitval.

**Raden jullie mensen met alopecia areata aan om genoemde vitamines extra in te nemen of te kiezen voor voedingsproducten die deze vitamines bevatten?**

S&J: Op dit moment zouden wij dat nog niet aanraden, omdat dat ook kan resulteren in een teleurstelling. We hebben aanwijzingen gevonden voor een verband tussen alopecia areata en deze voedingsstoffen, maar er moet nog onderzoek naar worden gedaan of inname van die voedingsstoffen ook leidt tot nieuwe haargroei bij patiënten. Mogelijk neemt het lichaam de voedingsstoffen niet goed op wanneer deze (extra) worden ingenomen. Daarom adviseren wij eerst vervolgonderzoek af te wachten.

**Kimberly & Sarah, wat zijn de belangrijkste resultaten van de enquête en welke conclusies kunnen jullie daaruit trekken?**

K&S: Uit ons onderzoek is gebleken dat twee derde van de respondenten denkt dat een auto-immuunziekte de oorzaak is van alopecia areata. Daaropvolgend is stress volgens de eigen perceptie een mogelijke oorzaak (36,7%). Ook is er gespeculeerd over oorzaken als erfelijkheid (18,3%) en hormonen en/of hormoonveranderingen in het lichaam (17,1%).

Bij alle genoemde oorzaken blijkt immunosuppressieve therapie het vaakst toegepast te zijn. De resultaten hiervan werden als variërend ervaren. Na de behandeling werd er zowel verbetering (gemiddeld 10,7% hergroei) als

Oorzaak / oorzaken alopecia areata volgens 240 respondenten	Percentage
Auto-immuunziekte	66,7%
Stress	36,7%
Erfelijkheid	18,3%
Hormonen / hormoonverandering	17,1%
Andere genoemde oorzaken: - dieet/voeding, buik- en darmklachten, allergieën, laag niveau vitamine B / D, eczeem, het lot, gemoedstoestand etc.	

Bij 60,8% van de respondenten is spontaan herstel opgetreden. Mogelijke redenen:	Percentage
Vermindering/verdwijnen van stress	29,8%
Verandering van seizoen	12,5%
Vermindering/verdwijnen van depressiviteit	7,1%
Vermindering/verdwijnen van angst	7,1%
Onduidelijke reden	17,5%
Anders	67,9%

verslechtering (gemiddeld 6,4% uitval) van de haren ervaren door de respondenten. Ook bij topicale immunotherapie zijn de resultaten wisselend. Sommigen hebben wel baat gehad bij alternatieve geneeskunde of een aanpassing in hun dieet/voeding.

Uit dit onderzoek kan geconcludeerd worden dat de verschillende oorzaken, behandelingen en resultaten niet op een eenduidige verbetering van haargroei wijzen. Er kan geen specifieke behandeling bij een bepaalde oorzaak van alopecia areata worden verkozen.

**Ondanks deze conclusie, adviseren jullie wel verder onderzoek te doen.**

K&S: Klopt, uit ons onderzoek zijn een aantal opvallende feiten naar voren gekomen waar specifiek onderzoek voor nodig is. Door een onderverdeling van de respondenten bij verschillende aangegeven oorzaken en behandelingen werden de respondentengroepen relatief klein. De kleinere respondentengroepen in dit onderzoek zijn niet representatief voor de onderzoekspopulatie, maar de toegepaste behandelingen bij de enkele oorzaken toonde wel een grote verbetering in de conditie van alopecia areata.

Er zijn echter grotere en specifiekere onderzoeken noodzakelijk om een eventuele relatie of samenhang vast te stellen tussen deze variabelen. De database uit dit onderzoek kan een handvat zijn om verder onderzoek te doen naar alopecia areata.



Wil je meer lezen over het onderwerp onderzoek? Ga dan naar onze website: <http://www.alopecia-vereniging.nl/onderzoek-alopecia.php>

Sieuwke de Vries & Juliette Bosch  
Kimberly Martina & Sarah van Velsen