

FACTSHEET

ICHTHYOSIS & OVERVERHITTING

Informatie voor begeleiders, docenten, trainers en andere betrokkenen in de omgeving van iemand met ichthyosis

- ◆ Wat is het
- ◆ Herkennen symptomen
- ◆ Eerste hulp

WAT IS ICTHYOSIS?

Ichthyosis is een erfelijke huidaandoening waarbij de huid te veel cellen aanmaakt, die zich ophopen en schilferig worden. De naam komt van het Latijnse woord "ichthus", wat vis betekent, omdat de huid een schubachtige structuur kan krijgen. De aandoening is meestal al zichtbaar bij de geboorte en blijft levenslang. Er zijn ongeveer twintig verschillende vormen van ichthyosis, variërend van mild tot ernstig, waarbij sommige alleen de huid aantasten en andere ook invloed hebben op organen of het immuunsysteem. Mensen met ichthyosis hebben vaak moeite met zweten en daarmee het reguleren van hun lichaamstemperatuur.

ZOEK MEDISCHE HULP BIJ EERSTE SYMPTOMEN OVERVERHITTING:

- ◆ Duizeligheid
- ◆ Vermoeidheid
- ◆ Spierkramp
- ◆ Misselijkheid
- ◆ Dorst
- ◆ Gevoel van zwakte en licht in het hoofd

LATERE SYMPTOMEN VAN OVERVERHITTING:

- ◆ Koude bleke huid
- ◆ Vergrote pupillen
- ◆ Hoofdpijn
- ◆ Misselijkheid en overgeven
- ◆ Onsamenhangend gedrag
- ◆ Bewusteloosheid



VERMINDERD ZWEETVERMOGEN, HOGER RISICO OVERVERHITTING

Mensen met ichthyosis kunnen snel oververhit raken. Door verdikking van de huid en schilfers kan het zweet niet aan de oppervlakte van de huid komen. Daardoor kan zweet bij mensen met ichthyosis niet voor verkoeling zorgen. Bij warm, heet en warm/vochtig weer of tijdens het sporten, bestaat het risico van oververhitting, hitte uitputting en hitteberoerte. Koorts kan bij mensen met ichthyosis ook zorgen voor oververhitting. En uitdroging komt sneller voor bij mensen bij wie de huidbarrière verstoord is. Vocht verdampt sneller.

SYMPTOMEN VAN EEN HITTEBEROERTE:

- ◆ Droge, warme en erg rode huid
- ◆ Koorts
- ◆ Donkere urine
- ◆ Verwarring
- ◆ Snelle en oppervlakkige ademhaling
- ◆ Snelle en zwakke pols
- ◆ Kleine pupillen
- ◆ Epileptische aanvallen
- ◆ Bewusteloosheid

EERSTE HULP BIJ OVERVERHITTING

- ◆ Breng iemand naar een koele ruimte, waar degene kan liggen, voeten wat omhoog.
- ◆ Leg koele natte doeken op de huid of gebruik koel water en een ventilator om te koelen. Leg koude kompressen in de nek, liezen en oksels. Gebruik geen alcohol.
- ◆ Geef koud water, sportdrink of een licht gezouten drankje.
- ◆ Schakel medische hulp in als iemand tekenen van verlies van bewustzijn vertoont, bij tekenen van shock (blauwe lippen en nagels, verlaagd bewustzijn) of bij een epileptische aanval.