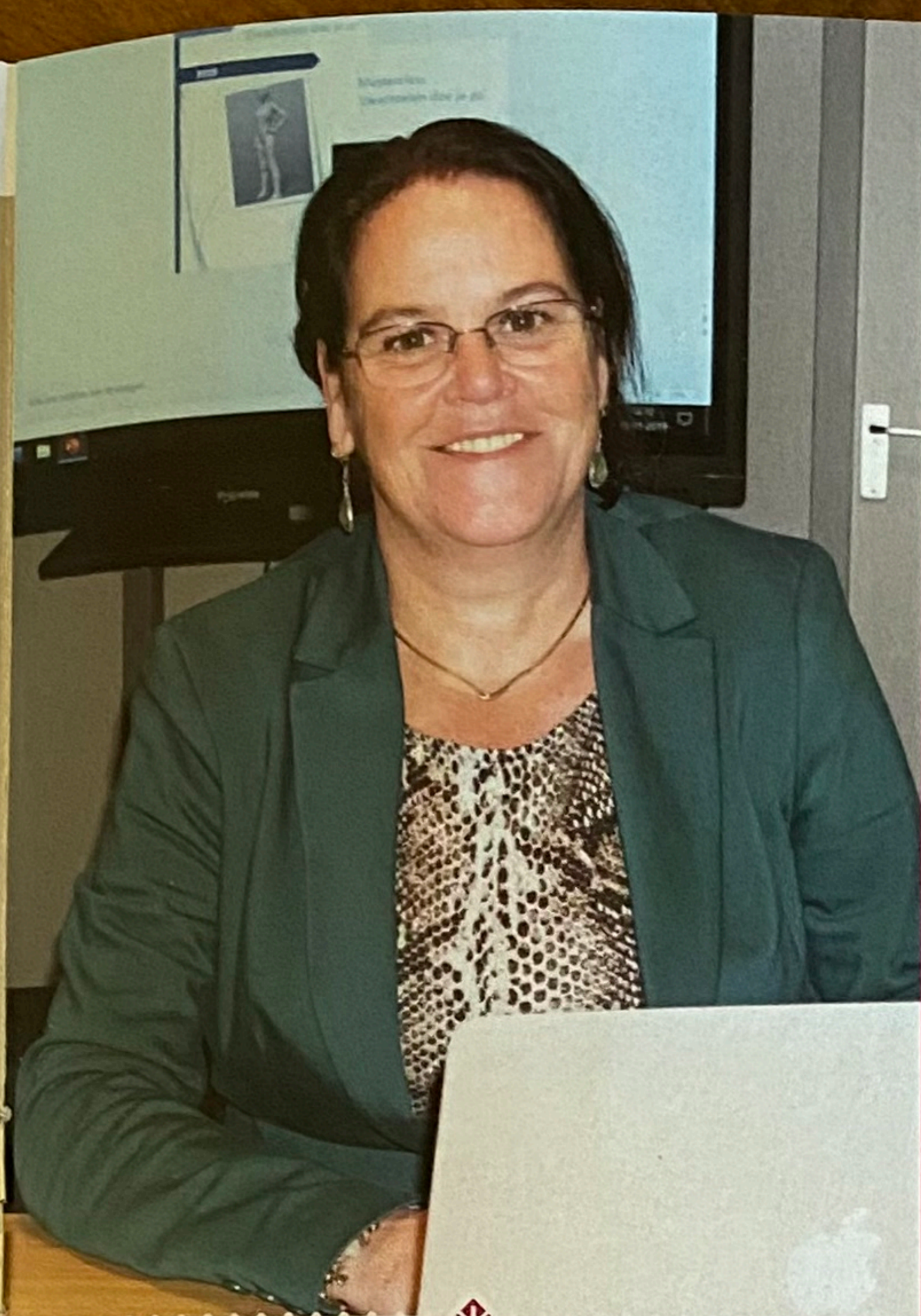


Kneepjes en Weetjes van

De Huidprofessional

Iedere huid is anders, iedere huid professional ook. Laat je inspireren door kneepjes en weetjes van collega huid professionals.



Katinka Rutjens is al meer dan 15 jaar werkzaam als productontwikkelaar en opleider in oedeem en compressietherapie. Ze volgt de wetenschap en internationale ontwikkelingen op de voet.

Over inflammatie en compressie

Cytokinen zijn kleine eiwitten die erg veel op hormonen lijken en die cruciaal zijn bij het beheersen van de groei en activiteit van andere immuunsysteemcellen en bloedcellen. Wanneer ze worden vrijgegeven, signaleren ze het immuunsysteem om zijn werk te doen. Cytokinen beïnvloeden de groei van alle bloedcellen en andere cellen die de immuun- en ontstekingsreacties van het lichaam helpen.

Cytokinen zijn dus stofjes in ons lichaam die vrijkomen als er een disbalans optreedt. Het zijn onder meer de macrofagen, B- en T-lymfocyten en mastcellen die voor de aanmaak en afgifte van cytokinen zorgen. Als een patiënt een chronisch oedeem heeft ontwikkeld dan is de aanvoer en afvoer van bloed en/of lymfe verstoord, wat zich manifesteert in het interstitium (extra cellulaire ruimte). Om die disbalans te



herstellen sturen de cytokinen cellen aan die de disbalans aanvechten, wat een minuscule ontsteking geeft. Deze ontstekingsreactie (inflammatie) is dus nodig om de balans te herstellen. Maar nu komt het gemene van de cytokinen: als de inflammatie langdurig aanhoudt gaan de positieve

cytokinen zich tegen zichzelf keren en transformeren ze in negatieve cytokinen die het inflammatieproces bevorderen en versnellen, met onderhuidse ontstekingen tot gevolg.

Wetenschappers hebben ontdekt dat compressie op het aangedane weefsel de aanmaak van negatieve cytokines remt en tegengaat, zodat de balans hersteld kan worden. Wat er niet bij werd vermeld, is hoeveel druk die compressie dan moet geven... dat is nu jammer. Maar eigenlijk wisten we dit al, duwen en wrijven op de plaats waar je je gestoten hebt, is een reflex die we allemaal hebben. Het duwen en wrijven kun je vergelijken met compressie.

Wat is onze fysiologie toch mooi.

*Katinka Rutjens, School of Skills.
info@schoolofskills.eu*

*Heb jij ook een kneepje of een weetje dat je met ons wilt delen?
Mail dan naar redactie@ntvhuidzorg.nl*