Lichen sclerosus

Bij vrouwen, mannen en kinderen: klachten, behandeling en controle

Het doel van deze folder

Deze folder is voor mensen met lichen sclerosus en hun naasten. Je leest wat de aandoening is, hoe de behandeling volgens de richtlijn gaat en waarom controle belangrijk is.



Wat het is

Lichen sclerosus is een langdurige ontsteking van de huid, meestal rond de geslachtsdelen en de anus. De oorzaak is niet helemaal bekend. Het afweersysteem en erfelijke aanleg spelen een rol. Lichen sclerosus is niet besmettelijk en komt niet door slechte hygiëne.

Het komt het meest voor bij vrouwen na de overgang. Ook jongere vrouwen, mannen en kinderen kunnen het krijgen.

Bij vrouwen

- bleke, witte, glanzende plekken op de vulva, de bilnaad en rond de anus
- jeuk, vaak het ergst 's nachts
- dunne huid die snel scheurt, met kloofjes of blauwe plekken
- de kleine schaamlippen kunnen kleiner worden of vergroeien
- de ingang van de vagina kan nauwer worden, waardoor vrijen pijn doet
- de vagina zelf doet niet mee

Bij mannen

- witte, glanzende plekken op de eikel en de voorhuid
- een voorhuid die steeds strakker wordt en moeilijk terug te schuiven is
- een strak gevoel of kloofjes bij een erectie
- soms problemen met plassen als de plasbuisopening nauwer wordt

Bij mannen komt lichen sclerosus vooral voor als ze niet besneden zijn.

Bij kinderen

Bij kinderen geeft lichen sclerosus jeuk, een branderig gevoel en soms pijn bij het plassen of poepen, of verstopping. Bij jongens kan de voorhuid strakker worden. Kleine wondjes of blauwe plekken bij meisjes kunnen door lichen sclerosus komen, en een arts beoordeelt die zorgvuldig.

De behandeling

Je smeert met een sterk werkende hormoonzalf (corticosteroïd) die je arts voorschrijft, bijvoorbeeld clobetasol of mometason. Een zalf werkt hier beter

dan een crème. De richtlijn van de dermatologen geeft dit schema:

1. De eerste 4 weken: elke dag 1 keer, dun, alleen op de plekken.
2. Daarna: 4 keer per week.
3. Op de lange termijn: 1 tot 4 keer per week, zo vaak als nodig om de huid rustig te houden.

Je arts bepaalt jouw schema en past het aan. Lichen sclerosus gaat bij volwassenen meestal niet vanzelf over. Daarom stop je niet zelf met smeren, ook niet als de huid rustig lijkt.

Smeer daarnaast meerdere keren per dag een vette zalf, zoals vaseline, bijvoorbeeld na het plassen. Wacht na de hormoonzalf minstens een uur.

Helpt de zalf niet genoeg, dan verwijst de huisarts je naar de dermatoloog of gynaecoloog. Bij mannen kan een besnijdenis helpen, en bij problemen met plassen helpt de uroloog.

Verzorging

- Was met lauw water, zonder zeep en zonder washandje. Dep droog.
- Draag ruim, katoenen ondergoed.
- Een aangepast fietszadel kan schuren verminderen.
- Bij het vrijen helpt een glijmiddel op basis van siliconen. Vette zalven maken condooms minder betrouwbaar.

Controle

Bij lichen sclerosus rond de geslachtsdelen is de kans op een vorm van huidkanker iets groter. Die kans is klein. Daarom ga je je hele leven elk jaar op controle bij je huisarts, dermatoloog of gynaecoloog, ook als het goed gaat. Kijk ook zelf regelmatig met een spiegel. Ga eerder bij een wondje dat niet geneest ondanks de zalf, een bultje dat groeit, of een ruwe of harde plek.

Steun

Lichen sclerosus kan je seksleven en je zelfbeeld raken. Bespreek dat met je arts. Een bekkenfysiotherapeut of seksuoloog kan helpen. Bij de Stichting Lichen Sclerosus (lsnederland.nl) vind je informatie en lotgenoten.

Er is alles aan gedaan om ervoor te zorgen dat de informatie in deze folder juist is. Toch is niet elke behandeling geschikt of werkzaam voor iedereen. Je eigen arts kan je uitgebreider adviseren.

Samengesteld door dr. Annemie Galimont-Collen, dermatoloog, naar de NVDV-richtlijn Lichen sclerosus (2021), de NVOG-richtlijnen Vulvodynie (2019) en Premaligniteiten van de vulva (2021), de multidisciplinaire richtlijn Seksueel overdraagbare aandoeningen (2024), de NHG-Standaarden Fluor vaginalis, Dermatomycosen en Lichen sclerosus, en de patiëntenfolders van de NVDV. Uitgave: onlinedermatologie.nl, november 2026.