Reuma en de huid in één oogopslag

De belangrijkste plaatjes uit de folders op één blad

Slijtage of ontsteking

Slijtage of ontsteking?

Vier vragen die het verschil laten zien. Het patroon wijst de richting, de arts stelt de diagnose.

	Artrose (slijtage)	Ontstekingsreuma
Stijf in de ochtend	korter dan een half uur	een half uur tot uren
Effect van bewegen	klachten nemen toe	klachten nemen af
Zwelling	hard en benig	week, warm, soms rood
Huid en nagels	doen niet mee	doen vaak mee

Artritis psoriatica

Artritis psoriatica: signalen aan handen en voeten

Heb je psoriasis? Let dan ook op je gewrichten, je hielen en je nagels.



Worsteen
een hele teen of vinger is dik en pijnlijk

Pijnlijke hiel
vooral bij de eerste stappen

Nagels
putjes, gele vlekken of loslating

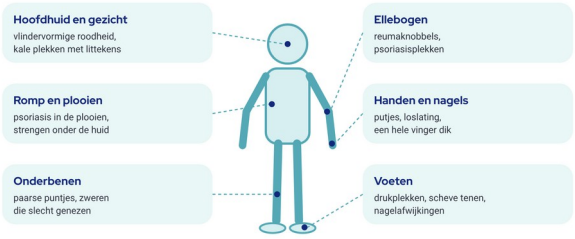
Stijve rug
nachtelijke pijn die beter wordt door bewegen

Een rood, pijnlijk oog dat lichtschuw is: laat dat dezelfde dag bekijken.
Herken je dit en heb je psoriasis? Bespreek het met je huisarts.

Waar reuma zichtbaar wordt

Waar reuma zichtbaar wordt op de huid

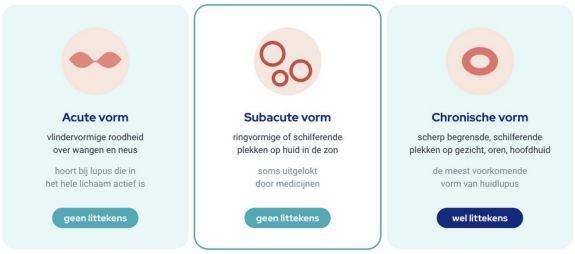
De plekken die je pedicure, kapper of schoonheidsspecialist vaak ziet, horen erbij.



Huidlupus

Drie vormen van huidlupus

Zonlicht lokt alle drie uit. Alleen de chronische vorm laat littekens achter.



Acute vorm
vlindervormige roodheid over wangen en neus
hoort bij lupus die in het hele lichaam actief is
geen littekens

Subacute vorm
ringvormige of schilferende plekken op huid in de zon
soms uitgelokt door medicijnen
geen littekens

Chronische vorm
scherp begrensde, schilferende plekken op gezicht, oren, hoofdhuid
de meest voorkomende vorm van huidlupus
wel littekens

Reumatoïde artritis

Vier huidbeelden bij reumatoïde artritis

Ze verschillen vooral in hoe snel je actie onderneemt.



Reumaknobbels
wat je ziet: vaste knobbels onder de huid op drukplekken
wat je doet: de druk verminderen, niet aanprikken

Vaatontsteking
wat je ziet: paarse puntjes die niet wegdrukken, zweren
wat je doet: binnen enkele dagen naar de huisarts

Snelgroeiende zweer
wat je ziet: heel pijnlijk, met een paarsblauwe rand
wat je doet: dezelfde dag bellen, niets scherps

Strengen onder de huid
wat je ziet: in oksels en flanken, aan beide kanten
wat je doet: laten bekijken door je arts

Wanneer bel je

Wanneer neem je contact op?

Bel op tijd. Ook als het je zelf meevalt.

Dezelfde dag
je huisarts, of buiten kantoortijd de huisartsenpost

- een rode, warme, dikke plek met pus, een rode streep of koorts
- een wond die snel groter wordt en veel pijn doet
- een teen die koud, wit, blauw of zwart wordt
- een rood, pijnlijk oog dat lichtschuw is

Binnen enkele dagen
je huisarts of reumatoloog

- een wondje dat na een week niet beter is
- een nieuw dik, warm of pijnlijk gewricht, of een hele teen die dik is
- paarse puntjes op de huid die niet wegdrukken
- nieuwe huiduitslag of mondzweertjes

Stop nooit zelf met je reumamedicijnen. Overleg eerst met je reumatoloog of reumaverpleegkundige.

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 het e-book Reuma en de huid, het webinar Reuma: meer dan de gewrichten alleen! en de Toolkit Reuma en de huid (Huidopleiding, 2026). Uitgave: onlinedermatologie.nl, november 2026.