



UMC Utrecht

# Beauty care en body art met een stollingsstoornis



Naast de dagelijkse verzorging zijn er talloze mogelijkheden om je uiterlijk te verfraaien. Met een stollingsstoornis roept dat misschien wat vragen op. Deze folder geeft adviezen over de meest voorkomende vormen van lichaamsverzorging en -versiering.

## Ongewenst haar

**Scheren** is de makkelijkste en snelste manier om van ongewenst haar af te komen. Met een stollingsstoornis kun je gerust scheren. Zorg voor een scherp en schoon mesje en neem de tijd, dan heb je de minste kans op een sneetje. Mocht er toch een sneetje ontstaan druk deze geruime tijd af om de bloeding te stoppen.

**Ontharingscrème** is veiliger dan scheren, mits je er niet allergisch voor bent. Vergeet niet om de crème uit te proberen op een onopvallende plek, zoals de plooi van je elleboog.

Met **harsen en epileren** is er kans op kleine onderhuidse bloedinkjes en blaren, omdat de huid wordt uitgerekt en de haar met kracht uit het haarzakje wordt getrokken. Probeer eerst een klein stukje uit zodat je weet hoe je er op reageert.

Met **laserontharing** bestaat er een klein risico op verbranding. Test eerst een klein stukje uit om te kijken of er blaren ontstaan.

# Mondverzorging

Gezond tandvlees bloedt niet, ook niet met een stollingsstoornis, tenzij je te hard gepoetst hebt. Bloedend tandvlees is een teken van (beginnende) tandvleesontsteking. Goede mondhygiëne en regelmatig bezoek aan de tandarts helpen dit voorkomen.

**Poets** minimaal twee keer per dag met een medium tandenborstel en tandpasta met fluoride. Het gebruik van een elektrische tandenborstel is geen probleem mits je niet te hard drukt en een medium borstel gebruikt.

**Flossen** is essentieel om ook tussen de tanden te reinigen. Mocht dit lastig zijn, omdat je te snel in het tandvlees snijdt, gebruik dan flexibele interdentale borsteltjes. Dit zijn tandenstokers met een dun borsteltje. Gebruik de plasticen variant. Houten **tandenstokers** kunnen makkelijker wondjes maken. Mondspoeling helpt om plaque te verwijderen.

Tandvleesbloedingen duren langer met een stollingsstoornis. Gebruik zo nodig tranexaminezuur mondspoeling of maak een papje van een tablet en breng dat bijvoorbeeld met een gaasje aan op de bloedende plek. Als na 20 minuten de bloeding niet is gestopt, neem dan contact op met je behandelcentrum. Een controlebezoek bij de tandarts behoeft meestal geen voorbereiding.

Extra maatregelen zijn vaak wel nodig bij behandeling door de mondhygiënist, het trekken van tanden en kiezen, het vullen van een gaatje of een wortelkanaalbehandeling. Informeer je tandarts over je stollingsstoornis. Overleg met je hemofiliebehandelcentrum als er een tandheelkundige ingreep gaat plaatsvinden.

# Blauwe plekken

Blauwe plekken kunnen vervelend zijn als je van plan was een jurkje, shirt met korte mouwen of shorts te dragen. Gelukkig zijn er prima producten die een blauwe plek kunnen verbergen. Wij geven je wat tips.

- Gebruik liever geen lotion onder de maskerende make-up, deze blijft dan minder goed zitten.
- Start met een concealer, die een tint lichter is dan de omliggende huidskleur. Bij blauwe plekken kun je beter een concealer gebruiken met een gele/oranje tint. Een groene tint gebruik je voor rode plekken, een witte tint voor bruine plekken en een lavendel tint voor gele plekken.
- Breng daarna de volledig dekkende foundation aan met behulp van een make-up sponsje. Gebruik de juiste kleur. De kleur van je armen en benen is anders dan van je gezicht.
- Fixeer de make-up met wat doorschijnende poeder of een fixeerspray.

## Schoonheidsspecialist

Een behandeling bij de schoonheidsspecialist kan voor ontspanning zorgen. Maar niet alle behandelingen zijn geschikt voor mensen met een stollingsstoornis. Geef aan dat je een stollingsstoornis hebt en wat dat betekent. Bespreek je wensen en de mogelijkheden met de schoonheidsspecialist.

Het **mechanisch verwijderen van oneffenheden** zoals het uitdrukken van mee-eters of gerstekorrels kan een blauwe plek en een wondje veroorzaken.

Met behandelingen zoals **dermabrasie** en een **peeling** wordt actief een cellaag verwijderd. Vraag om een proefbehandeling op een klein plekje.

**Permanente make-up** is als een tattoo, al gaat de kleurstof minder diep in de huid. Toch kan het risico op bloedingen groter zijn, omdat het gezicht sterk doorbloed is.

**Fillers** en **botox** worden onder de huid ingespoten. Hierdoor kunnen bloedingen ontstaan, die het resultaat negatief zullen beïnvloeden. Veel schoonheidsklinieken raden daarom permante make-up, botox en fillers af bij mensen met een stollingsstoornis.

### **Pedicure, manicure en nagelstyliste**

Een pedicure/manicure gebruikt vaak een freesmachine en scherpe bitjes. Bij mensen met een stollingsstoornis zal dit veel sneller tot bloedingen leiden. Nagelriemen zijn erg kwetsbaar. Ga voor een professional die gespecialiseerd is in kwetsbare voeten, zoals de pedicure diabetische voetzorg.

## Body art

Tattoos en piercings zijn erg populair. Het is een manier om je zelf te uiten en vertellen een persoonlijk en soms emotioneel verhaal.

Body art is echter niet zonder risico's. Ook als je geen stollingsstoornis hebt, is er altijd kans op infecties. Met een stollingsstoornis heb je een grotere kans op bloedingen en een verstoorde wondgenezing. Dit zal het resultaat negatief beïnvloeden.

Er is momenteel geen medische richtlijn over body art met een stollingsstoornis. Elke arts geeft advies naar eigen inzicht. Hierbij wordt rekening gehouden met de ernst van de stollingsstoornis en de vorm van de body art. Stollingsproducten worden alleen voorgeschreven voor medische doeleinden. Tattoos en piercings zijn geen medisch doeleind.

Uiteindelijk valt het nemen van body art onder je eigen verantwoordelijkheid. Met deze folder willen we je helpen een weloverwogen keuze te maken.

## **Spreek erover met je behandelaar**

Neem altijd contact op met het behandelcentrum als je een vorm van body art overweegt. Zo weet je zeker dat je alle risico's hebt overwogen en misschien hoor je dingen waar je (nog) niet aan had gedacht.

Het resultaat van een tattoo kan minder mooi zijn als er een nabloeding ontstaat. Lijnen en kleuren worden onregelmatig. Hoe groter de **tattoo** hoe meer kans op een nabloeding.

**Piercings** in de tong, neus, navel en genitaliën worden sterk ontraden. Op deze plekken is het herstel traag en kunnen er makkelijk infecties ontstaan. De tongpiercing kan je tanden en tandvlees ernstig beschadigen. Bij een ernstige nabloeding is er kans op verstikkingsgevaar.

De navelpiercing geneest slecht omdat het ter hoogte van je broekrand zit. Door knellende kleding raakt het snel geïrriteerd en in een later stadium kan het gaan ontsteken. Bij een ernstige nabloeding kan bloed in de vrije buikholte lopen wat een gevaarlijke complicatie is.

Piercings in de oorlel geven zelden problemen. Dit komt omdat er in de oorlel weinig bloedvaten zitten.

**Plugs** zijn sieraden met als doel de piercing wijder te maken. Pas op dat je niet te vroeg een grotere maat neemt, omdat dan de kans bestaat op uitscheuren wat tot een bloeding kan leiden.

# Leuke alternatieven

Ga eens op zoek naar een hennashop of kijk eens bij airbrush body paint. Dit zijn tijdelijke tattoos waar je een paar dagen plezier van hebt. Omdat de huid in tact blijft is er geen kans op bloedingen. Er zijn ook "tattoo sleeves" verkrijgbaar, gemaakt van transparant materiaal dat je over je arm of been heen trekt.

## Enkele tips als je toch besluit tot bodyart

- Denk goed na over de plaats waar je de tattoo wilt laten zetten. Een tattoo is voor altijd. Ook als het resultaat minder mooi is geworden door een nabloeding. Er zijn altijd situaties waarin je het liever bedekt. Het verwijderen van een tattoo is voor eigen rekening en meestal blijft er een lelijk litteken achter.
- Gebruik je profylaxe, maak dan een afspraak met de tattoo of body art artist op een dag dat je je profylaxe gebruikt.
- Onderzoek of de tattoo/piercing studio met gesteriliseerde materialen werkt.
- Bespreek je stollingsstoornis met de tattoo of body artist voordat je een afspraak maakt.





Divisie interne geneeskunde en dermatologie

**Van Creveldkliniek**

UMC Utrecht, Heidelberglaan 100, Postbus 85500, 3508 GA Utrecht

Tel 088 75 584 50

**[www.vancreveldkliniek.nl](http://www.vancreveldkliniek.nl)**

**[www.umcutrecht.nl](http://www.umcutrecht.nl)**

© 2020, UMC Utrecht





Bezoekadres:  
Heidelberglaan 100  
3584 CX UTRECHT

Postadres:  
Postbus 85500  
3508 GA UTRECHT

[www.umcutrecht.nl](http://www.umcutrecht.nl)  
T. +31 (0)88 75 555 55