

ONZE HUID

zo zichtbaar maar ongezien

Colofon

ISBN: 978 90 8954 589 3

1e druk 2013

© 2013, Jan D. Bos

Exemplaren zijn te bestellen via de boekhandel
of rechtstreeks bij de uitgeverij:

Uitgeverij Elikser

Ossekop 4

8901 AA Leeuwarden

Telefoon: 058-2894857

www.elikser.nl

Illustraties: Inge Kos-Oosterling, Robert Rodenburg, Bab Vrees

Vormgeving omslag en binnenwerk: Evelien Veenstra

Voor publicatie van afbeeldingen in dit boek is in de meeste gevallen toestemming verleend. In andere gevallen zijn wij van stilzwijgende toestemming uitgegaan. Mocht er desondanks iemand van mening zijn, dat hij/zij rechten op een van de afgebeelde illustraties kan doen gelden, dan verzoeken wij u, contact op te nemen met de uitgever.

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op wat voor wijze dan ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur en de uitgeverij.

This book may not be reproduced by print, photoprint, microfilm or any other means, without written permission from the author and the publisher.

ONZE HUID

zo zichtbaar maar ongezien

Jan D. Bos



In nagedachtenis aan Anke Verrijp
(2 augustus 1951 – 21 oktober 2009)

Inhoud

Voorbehoud	19
Inleiding	21
Kijk eens rond	21
Vier delen	22
Termen en talen	23
Bronnen	25
DEEL I – ONZE NORMALE HUID	27
Inleiding: wat is normaal?	29
-1- Geschiedenis van het denken over de huid	31
<i>Vanaf de prehistorie tot de negentiende eeuw</i>	31
<i>Antieke geneeskunde</i>	33
<i>De Midden-Oosterse wortels van ons moderne denken over het lichaam</i>	35
<i>De allereerste Nederlandstalige beschrijving van een huidpatiënt (1660)</i>	36
<i>Dermologie en de zeven vrije kunsten</i>	38
<i>Huidziekten: ramp, zegen, straf, of onontkoombaar deel van het leven</i>	39
<i>Onderzoek van de huid door de arts</i>	41
<i>Beschouwing</i>	43
<i>Bronnen</i>	44
-2- Onze normale huid	45
<i>Zijn wij onze huid?</i>	46
<i>Is het voortbestaan van de huid het hoofddoel van de voortplanting?</i>	46
<i>De opbouw van onze buitenkant</i>	49
<i>Opperhuid, lederhuid en onderhuid</i>	50
<i>Inwoners van de opperhuid: pigmentcellen, Langerhanscellen en Merkelcellen</i>	51
<i>De vorming van huid aan het begin van nieuw leven</i>	54
<i>De vaten van de huid</i>	55
<i>Huidspieren</i>	56
<i>Huidklieren: talg, melk en zweet</i>	58
<i>Huidgeuren en deodorants</i>	60
<i>Maakt de menselijke huid lokstoffen?</i>	62
<i>De huid in de ruimte</i>	64

<i>De huid als ontvanger en zender van licht en infrarode straling</i>	64
<i>De huid als ontvanger en zender van geluid</i>	66
<i>Huidgeleiding</i>	67
<i>Beschouwing</i>	68
<i>Bronnen</i>	69
-3- Haren en nagels	71
<i>Haar en nog eens haar, en nagels</i>	71
<i>De haargroeycyclus, haaruitval en tonsuren</i>	72
<i>Haardikte</i>	74
<i>Haarkleur, van wit tot zwart</i>	75
<i>Krullen en kroeshaar</i>	76
<i>Het haar en het ouder worden</i>	77
<i>Beschouwing</i>	78
<i>Bronnen</i>	78
-4- De zeven huidlijnstelsels	79
<i>Wat zijn huidlijnen?</i>	79
<i>-1- Melklijsten</i>	81
<i>-2- Lijnen van Blaschko</i>	83
<i>-3- Lijnen van Voigt Fitcher</i>	84
<i>-4- Spanningslijnen van de huid (de lijnen van Langer, Borger of Kraissl)</i>	84
<i>-5- Dermatomen</i>	89
<i>-6- Vingerafdrukken (dermatoglyfen)</i>	91
<i>-7- Vouwlijnen</i>	92
<i>De meridianen: acupunctuur en 'fringe medicine'</i>	94
<i>Beschouwing</i>	98
<i>Bronnen</i>	99
-5- Gevoel en sensibiliteit: het skin nervous system (SNS)	101
<i>Vijf, tien, elf of twaalf zintuigen?</i>	101
<i>Het zenuwstelsel van de huid – skin nervous system (SNS)</i>	102
<i>Synesthesie en allochiria</i>	107
<i>Jeuk en pijn</i>	110
<i>Het gevoel in de huid en het brailleschrift</i>	113
<i>Ziekten van huid én zenuwstelsel tegelijk</i>	113
<i>Beschouwing</i>	115
<i>Bronnen</i>	116
-6- Huid: flora en fauna	117
<i>De naamgeving in onze microwereld</i>	117
<i>De oersoep en de endosymbiose</i>	119
<i>De samenleving van microben en mens: dermatotypes</i>	119
<i>Huidschimmels en gisten</i>	122

<i>Huidbacteriën, ongevoelig voor antibiotica: een dreigende ramp?</i>	123
<i>Beschouwing</i>	127
<i>Bronnen</i>	127
-7- Afweer en overgevoeligheid: skin immune system (SIS)	129
<i>De verwarrende wereld van normale en abnormale afweer</i>	129
<i>Geschiedenis van het denken over de huid als afweerorgaan</i>	131
<i>Huid en afweer vandaag de dag</i>	133
<i>Allergie als diagnose of als metafoor</i>	139
<i>Galbulten door voedingsbestanddelen</i>	139
<i>Natuurlijke en verworven afweer</i>	141
<i>T-cellen</i>	141
<i>Dendritische cellen in de huid: Langerhanscellen en dermale dendritische cellen</i>	143
<i>Beschouwing</i>	144
<i>Bronnen</i>	145
-8- De stormachtige ontwikkeling in de kennis van onze genen	147
<i>Acne in de liezen, de ziekte van Alzheimer en genmutaties</i>	147
<i>Gregor Johann Mendel en Xue-Jun Zhang</i>	148
<i>De eerste kaart van het menselijk genoom</i>	150
<i>De eigen erfelijkheidscode weten</i>	151
<i>RNA: boodschapper tussen DNA en eiwit</i>	152
<i>Het humaan genoomproject en het historische keerpunt van 2001</i>	153
<i>Genetica en 'systems biology': de toekomst van de geneeskunde?</i>	156
<i>Beschouwing</i>	158
<i>Bronnen</i>	159

DEEL II –HUIDFALEN	161
Inleiding: het effect van huidfalen op de kwaliteit van leven	163
-9- Alledaagse dingen	167
<i>Inleiding tot de gewone vlekken, plekken en bulten</i>	167
<i>Ooievaarsbeet</i>	168
<i>Mongolenvlek</i>	168
<i>Aardbeienplek en wijnvlek</i>	169
<i>Bloedvergiftiging</i>	170
<i>Eksterogen en likdoorns</i>	170
<i>Roos</i>	171
<i>Poolse vlecht: niet meer alledaags</i>	171
<i>Eczema seborrhoicum</i>	172
<i>Ouderdomswrat</i>	173
<i>Schubbenhuid of vissenhuid</i>	173
<i>Galbulten</i>	174
<i>Rosacea</i>	175
<i>Lichen ruber planus</i>	178
<i>Ziekte van Gibert</i>	179
<i>Beschouwing</i>	180
<i>Bronnen</i>	180
-10- De huid als spiegel van de inwendige mens	181
<i>Huid en systeemziekten</i>	181
<i>Sclerodermie</i>	182
<i>Lupus erythematoses: letterlijk 'rode wolf'</i>	182
<i>Een gezicht vol littekens</i>	182
<i>De rode wolf</i>	185
<i>Een korte geschiedenis van het ontstaan van het begrip 'lupus erythematosus'</i>	187
<i>De vele varianten van LE</i>	189
<i>Hoe LE ontstaat en wat eraan te doen valt</i>	191
<i>Kapotte vaten: vasculitis en bloedingen</i>	193
<i>Beschouwing</i>	195
<i>Bronnen</i>	195
-11- Witte en bruine vlekken	197
<i>Pigmentvlekken</i>	197
<i>Ouderdomsvlekken</i>	197
<i>Albinisme</i>	198
<i>Moedervlekken</i>	200
<i>Naevus congenitalis giganticus</i>	200
<i>Sproeten</i>	201
<i>Zwangerschapsmasker</i>	201

<i>Vitiligo</i>	202
<i>Acanthosis nigricans</i>	204
<i>Beschouwing</i>	204
<i>Bronnen</i>	204
-12- Wonden, verbrandingen en blaren	205
<i>Een patiënt met 'spontane' zweren over de hele huid</i>	206
<i>Huidwonden, pleisters en wondverzorging</i>	208
<i>Brand- en vrieswonden</i>	208
<i>'Open been' en spataderen</i>	209
<i>Bijt wonden en slangenbeten</i>	210
<i>Littekenvorming: cicatrix, wild vlees, striae en keloid</i>	211
<i>Blaarziekten</i>	212
<i>Beschouwing</i>	214
<i>Bronnen</i>	214
-13- Psoriasis: ziekte of verschijning	215
<i>Opname wegens psoriasis</i>	215
<i>Wat is psoriasis?</i>	216
<i>Psoriasis en erfelijkheid en onzichtbare infecties</i>	217
<i>Klinische varianten van psoriasis</i>	221
<i>Pathogenese van psoriasis</i>	225
<i>Een psoriasiscongres in Moskou</i>	229
<i>Psoriasis en de evolutie van de mensheid</i>	230
<i>Behandeling: van duzhong via biopeeling tot biologics</i>	231
<i>De biologics</i>	234
<i>Beschouwing</i>	238
<i>Bronnen</i>	239
-14- Atopisch eczeem: een dagelijks raadsel	241
<i>Nooit meer slapen</i>	241
<i>Verwarrende namen</i>	242
<i>Waar hebben we het over bij atopie en atopisch eczeem?</i>	244
<i>De genetica van het atopisch syndroom en het gen voor filaggrine</i>	249
<i>De toename in het vóórkomen van atopie en de 'hygiënehypothese'</i>	250
<i>Hoe ontstaat atopisch eczeem?</i>	252
<i>Gewinningstherapie met allergenen bij atopie: verum, fringe en SLIT</i>	254
<i>Kliniek en behandeling van atopisch eczeem</i>	257
<i>Biologics bij atopisch eczeem: teleurstellend</i>	259
<i>Beschouwing</i>	261
<i>Bronnen</i>	261

-15- Contact- en beroepseczeem: irritatie of allergie	263
<i>Arbeidsongeschikt door allergie voor cosmetica</i>	263
<i>Contacteczemen</i>	264
<i>Beroepseczemen</i>	268
<i>De ontwikkeling van een nieuwe huidinkt: Wood's skin marker</i>	268
<i>De rol van het afweersysteem bij allergisch contacteczeem</i>	270
<i>Beschouwing</i>	271
<i>Bronnen</i>	271
-16- Acne: weg ermee	273
<i>Acne en medische ethiek</i>	273
<i>Acne hebben we allemaal (gehad)</i>	274
<i>Varianten van acne</i>	276
<i>Behandeling</i>	278
<i>De toepassing van orale vitamine A derivaten en anti-androgenen</i>	279
<i>Beschouwing</i>	281
<i>Bronnen</i>	281
-17- Huidinfecties en –infestaties	283
<i>Binnendringers</i>	284
<i>Vaccinaties</i>	284
<i>Virale huidinfecties</i>	288
<i>Schimmels en gisten</i>	297
<i>Bacteriële huidinfecties</i>	302
<i>Parasitaire huidinfestaties en insectenbeten</i>	308
<i>Hoofdluis, schaamluis en klerluis (pediculosis)</i>	310
<i>Beschouwing</i>	315
<i>Bronnen</i>	315
-18- Tropische huidziekten en importdermatosen	317
<i>Inleiding</i>	317
<i>Lepra en stigma</i>	318
<i>Ziekte van Chagas: Amerikaanse trypanosomiasis</i>	320
<i>Cutane myiasis</i>	320
<i>Beschouwing</i>	321
<i>Bronnen</i>	321
-19- Geslachtsziekten: eigen keuze of niet?	323
<i>Macht en seks</i>	324
<i>Wat is een soa en hoe krijg je die?</i>	324
<i>De aanpak van geslachtsziekten in Nederland</i>	325
<i>Bezoek aan een bordeel</i>	327
<i>De vier klassiekers</i>	328
<i>Syphilis (lues, 'harde sjanker')</i>	329

Gonorrhoe ('druiper')	335
Overige, zogenaamd niet-klasseke geslachtsziekten	337
Ulcus molle (weke sjanker)	337
Trichomoniasis: cel met een staart	337
Chlamydia: vaak onzichtbare, onvoelbare insluiper	338
De opkomst van het Kaposisarcoom, aids en hiv	339
Inleiding	339
Een korte geschiedenis van een nieuwe geslachtsziekte, de hivinfectie	339
Hiv bindt zich aan T-cellen, maar ook aan de Langerhanscellen van de opperhuid	341
Moritz Kaposi (1837-1902)	342
Hiv en antiretrovirale therapie	344
Venerische wratten en baarmoederhalskanker	345
Beschouwing	348
Bronnen	349
-20- Huidkanker: ramp van epidemische omvang	351
Wat is huidkanker?	353
Kankergenen	355
The War on Cancer	357
De leek en kwaadaardige tumoren	359
Vorstadia van huidkanker: het keratoacanthoom	360
Vorstadia van huidkanker: keratosis actinica	361
De baso: het basaalcelcarcinoom (BCC)	364
De spino: het spinaalcelcarcinoom (SCC)	373
De kwaadaardige moedervlek: het melanoom	377
Het huidlymfoom: cutaan T-cellymfoom (CTCL)	385
Huidkanker: ramp van epidemische omvang – beschouwing	390
Bronnen	392

DEEL III – HUID EN CULTUUR	395
Inleiding	397
-21- De moeizame weg naar een nieuw geneesmiddel	399
<i>Een nieuw geneesmiddel, of niet?</i>	399
<i>De 500 daltonregel: groter komt de huid van buitenaf niet in</i>	400
<i>Ontwikkeling van nieuwe huidgeneesmiddelen</i>	401
<i>Het begin van een nieuw idee: zon en onderdrukking van de afweer</i>	404
<i>Bijvoorbeeld: urocaanzuurderivaten (UCA's)</i>	405
<i>Het nemen van een patent op nieuwe geneesmiddelen</i>	406
<i>Verkoop van de patenten aan de farmaceutische industrie</i>	406
<i>De beginfase (fase 0) van ontwikkeling</i>	408
<i>Het vervolg: fase 1, 2a, 2b, en verder, bij mensen</i>	410
<i>Beschouwing</i>	411
<i>Bronnen</i>	411
-22- Geneesmiddelen: één groot strijdtoneel	413
<i>Placebo verbetert ziekten niet, alleen klachten</i>	414
<i>Kruiden als geneesmiddelen</i>	414
<i>Wat zijn farmaceutica?</i>	417
<i>Zinkoxide</i>	419
<i>Hormoonzalven: de veelgebruikte corticosteroiden</i>	420
<i>Nieuw: de uiterst kostbare biologics</i>	422
<i>Vergoeding van geneesmiddelen en de trechter van Dunning</i>	425
<i>Een rem op dure geneesmiddelen</i>	427
<i>Wat is een mensenleven waard?</i>	428
<i>Beschouwing</i>	429
<i>Bronnen</i>	429
-23- Het grensgebied tussen geneesmiddelen en huidverzorging: Cosmoceutica	431
<i>Aardolie op je lippen</i>	431
<i>Op de toonbank van de apotheek en drogist</i>	431
<i>Cosmoceutica: wat zijn dat?</i>	433
<i>Reclame voor cosmetica</i>	437
<i>Afslankcrèmes: cosmetica of cosmoceutica?</i>	439
<i>Beschouwing</i>	440
-24- De driehoek arts – patiënt – industrie	441
<i>De relaties tussen patiënt en industrie</i>	441
<i>De relaties tussen arts en industrie en de hebzucht: brood en spelen</i>	443
<i>Congresreis naar Cali, Colombia</i>	444

<i>Congresreis naar Boston en New York</i>	445
<i>Congresreis naar Sydney, Australië</i>	446
<i>Een gesponsorde congresreis naar Mexico</i>	446
<i>De relaties tussen arts en patiënt en de zeven hoofdzonden</i>	447
<i>Beschouwing: een schets van het veld</i>	451
<i>Bronnen</i>	451
-25- Het world wide web en teledermatologie	453
<i>Bits en bites: Homo digitalis mobilis</i>	454
<i>Databases en zorg-apps op internet: e-health</i>	455
<i>Databases aan het ziekbed</i>	460
<i>Telemedicine en teledermatologie: e-consult</i>	461
<i>Beschouwing</i>	462
<i>Bronnen</i>	462
-26- Het onmogelijke elektronisch patiëntendossier (EPD) en de Privacy	463
<i>Onnodig dodelijk verloop huidziekte ondanks elektronisch patiëntendossier</i>	463
<i>Dertien bezwaren tegen invoering van een landelijk elektronisch Patiëntendossier</i>	465
<i>-1- Wat te doen met anonimiteit van patiënt, zoals bij geslachtsziekten?</i>	467
<i>-2- Overeenstemming over in te voeren gegevens ontbreekt</i>	467
<i>-3- Wat te doen met verschillende definities van diagnoses?</i>	468
<i>-4- Informatiesystemen kunnen 'down' gaan</i>	469
<i>-5- Misbruik gegevens in databases door verzekeraars</i>	470
<i>-6- Verandering medische gegevens door derden</i>	471
<i>-7- Wie beheert de gegevens?</i>	471
<i>-8- Vrijwilligheid en inzage gegevens door patiënt of niet?</i>	473
<i>-9- De psychiatrische dimensie</i>	474
<i>-10- Medisch-juridische kanttekeningen</i>	474
<i>-11- Algemene regel vertrouwelijke databestanden: houdt toegang zeer beperkt</i>	475
<i>-12- Cybercrime</i>	476
<i>Hoe nu verder?</i>	477
<i>Beschouwing en bezwaar nummer 13</i>	480
<i>Bronnen</i>	480

-27- Psychologie van de huid: van jeuk tot zelfverwonding tot Smetvrees	481
<i>Moeilijk te duiden huidafwijkingen</i>	481
<i>De beleving van huid</i>	482
<i>Jeuk en pijn</i>	483
<i>Huidfalen, ziektelast en kwaliteit van leven</i>	485
<i>Zelfverwonding: automutilatie en dermatitis artefacta</i>	485
<i>Nagelbijten en haren trekken</i>	487
<i>Smetvrees</i>	487
<i>Angst voor beesten: parasitofobie</i>	489
<i>Ingebeelde huidziekten en massahysterie</i>	490
<i>Beschouwing: huid en psyche en ergernis</i>	491
<i>Bronnen</i>	492
-28- Pigmentwensen en mensenrassen	493
<i>Mensenrassen bestaan niet</i>	494
<i>Pigmentcellen: de melanocyten en hun functie</i>	495
<i>Mensensoorten</i>	496
<i>Zelfbruiners en zelfwitters</i>	498
<i>Beschouwing</i>	499
<i>Bronnen</i>	499
-29- Zon en huid	501
<i>Zelfdoding bij onverdraaglijke 'zonneallergie'</i>	501
<i>Wat zou de huid zonder zon moeten?</i>	502
<i>De zon en zonnestraling</i>	502
<i>Zonnebankverslaafde zou kind hebben laten verbranden</i>	506
<i>Verstandig zonnen: zonkracht en huidtype</i>	506
<i>De zon, uv en onderdrukking van de afweer</i>	509
<i>De zonnebeschermingsfactor</i>	510
<i>Zonneziekten: huidziekten veroorzaakt door de zon</i>	511
<i>Beschouwing</i>	512
<i>Bronnen</i>	512
-30- Rijping en veroudering	513
<i>Wat is 'skin aging'?</i>	514
<i>Natuurlijke (intrinsieke) veroudering</i>	516
<i>De zon: extrinsieke veroudering</i>	518
<i>Het gezicht en veroudering</i>	519
<i>Zonnebescherming met cosmetica en met kleding</i>	521
<i>Beschouwing</i>	524
<i>Bronnen</i>	524

-31- Haarverlies	525
<i>Haaruitval</i>	525
<i>Het haar wordt dunner: verspreid haarverlies</i>	526
<i>'Mannelijke' kaalhoofdigheid</i>	528
<i>Begripsbepaling</i>	528
<i>Diagnose en spectrum</i>	528
<i>Hoe komt alopecia androgenetica tot stand?</i>	529
<i>Medicinale en chirurgische behandeling</i>	531
<i>Pleksgewijze haaruitval</i>	532
<i>Beschouwing</i>	533
<i>Bronnen</i>	533
-32- Verfraaiing en verzorging	535
<i>Te strak</i>	537
<i>De markt voor cosmetiek: mooimaakindustrie</i>	537
<i>Wat als de schoonheidsfout tussen de oren zit?</i>	538
<i>Schoonheidsspecialiste en huidtherapeute: huidverzorging</i>	539
<i>Manicure en pedicure: nagelverzorging</i>	541
<i>Huidverfraaiing</i>	541
<i>Rouge: karmijn en karmozijn</i>	542
<i>Ontharen</i>	543
<i>Wensvervullende geneeskunde: dermatocosmetische ingrepen</i>	544
-i- <i>Vitamine A en andere geneesmiddelen</i>	545
-b- <i>Ultrasound, intense pulsed light, fillers, lipolyse en nog zo wat</i>	546
-c- <i>Gelaatscontouren: de konen</i>	547
-d- <i>Ooglidcorrectie en wenkbrauwlift</i>	548
-e- <i>Laserbehandeling van rimpels</i>	548
-f- <i>Botuline</i>	548
-g- <i>Rimpelvullers</i>	549
-h- <i>Huidvet en lichaamscontouren</i>	550
-i- <i>Schaamlipcorrectie (labiumreductie) en andere ingrepen aande uitwendige geslachtsdelen van de vrouw</i>	551
<i>Medische ethiek van huidverfraaiing</i>	551
<i>De schoonheidsloop</i>	553
<i>Beschouwing</i>	554
<i>Bronnen</i>	554
-33- De pels	555
<i>Vacht en pels</i>	556
<i>Dierenhuidziekten</i>	556
<i>Camouflage</i>	557
<i>Vervelling</i>	558
<i>Aantrekkingskracht</i>	558
<i>Beschouwing</i>	559

-34- Huidziekten in de kunsten en kunstenaars met huidziekten	561
<i>Verbeelding, inbeelding en uitbeelding</i>	561
<i>Patina of 'vleeskleur'</i>	562
<i>Zomaar enkele kunstenaars en hun huidziekte</i>	564
<i>Benvenuto Cellini, beeldhouwer</i>	565
<i>Robert Schumann, componist</i>	567
<i>Paul Klee, schilder</i>	568
<i>Sclerodermie</i>	569
<i>Vladimir Nabokov, schrijver</i>	570
<i>The heartbreak of psoriasis</i>	571
<i>Beschouwing</i>	574
<i>Bronnen</i>	574
-35- Cultuur en uiterlijk	575
<i>Oude afbeeldingen van mens en huid</i>	576
<i>'Verfraaiing' van de huid</i>	577
<i>Scarificaties, keloïd en 'piercings'</i>	578
<i>Tatoeages</i>	579
<i>Huid en afkeer</i>	585
<i>Elephant man: het verhaal van Joseph Carey Merrick (1862-1890)</i>	585
<i>Heksen</i>	586
<i>Huid en kleding, en huid als kleding</i>	586
<i>De zeven schoonheden: uiterlijk, huid en schoonheid</i>	587
<i>Beschouwing</i>	590
<i>Bronnen</i>	590
<i>Een gedicht over huid en schoonheid</i>	591
DEEL IV – HUIDPARAFERNALIA	593
<i>Gebruikte stellingen en citaten op een rij</i>	595
<i>Spreekwoorden en gezegden met huid, haren en nagels</i>	597
<i>Afkortingen</i>	599
<i>Dankwoord</i>	605
<i>CV van de auteur</i>	607
<i>Webadressen Huidpatientenverenigingen (alfabetisch)</i>	608

Voorbehoud

Waar iets aan andere bronnen is ontleend, worden die zo veel als mogelijk genoemd. Dit is een populairwetenschappelijk boek, en niemand kan zich rechten ontlene aan de (medische) feiten, stellingen en meningen die erin zijn opgenomen. Waar merknamen van onder meer farmaca of cosmetica worden gebruikt, wil dat niet zeggen dat de betreffende producten hier worden aanbevolen of ontraden, en het betekent ook niet dat er op enigerlei wijze vergoedingen voor vermelding tegenover hebben bestaan. Alle illustraties zijn afkomstig uit eigen archief, tenzij anders vermeld. Mocht een copyrighthouder toch niet vermeld zijn, dan zal dat in een eventuele volgende uitgave worden rechtgezet. Graag zelfs.

