

Constitutioneel of atopisch eczeem bij volwassenen

De huidaandoening die bij u is vastgesteld, heet: Constitutioneel of atopisch eczeem. Meer informatie hierover kunt u vinden op de website van de Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venereologie (NVDV), <https://nvdv.nl/patienten/dermatologie/zoek-een-huidaandoening/constitutioneel-eczeem>

Meer informatie is ook te vinden op de Zalf smeewijzer app.



Als u geen toegang heeft tot internet kan een balie-medewerker de informatie voor u printen. Vraag hiernaar bij de balie van de polikliniek Dermatologie.

Vingertop als maateenheid voor het zalven

In onderstaand schema staat hoeveel medicinale zalf nodig is per lichaamsdeel. In dit schema gebruiken we de vingertop als maateenheid.

1 vingertopeenheid (of FTU, Fingertip unit) is ongeveer gelijk aan 0,5 gram zalf.

Schema van het aantal vingertopeenheden medicinale zalf per lichaamsdeel gerelateerd aan de leeftijd van de patiënt.

Hoofd en hals	1 Arm en 1 hand	1 Been en 1 voet	Borst en buik	Rug en billen	Hele lichaamFTU
------------------------------	--------------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------------------

**Per week
 gram bij
 1 x per dag
 smeren**

Leeftijd	Aantal vingertopeenheden						
3-12 maanden	1	1	1,5	1	1,5	8,5	30 gram
1-2 jaar	1,5	1,5	2	2	3	13,5	50 gram
3-5 jaar	1,5	2	3	3	3,5	18	65 gram
6-10 jaar	2	2,5	4,5	3,5	5	24,5	85 gram
Volwassene	2,5	4	8	7	7	40	140 gram

De handmaat

Meestal is het in te smeren huidgebied niet een hele arm of een heel been. Om te bepalen hoeveel zalf u moet smeren, kunt u de handmaat toepassen. U hebt ongeveer een halve vingertopeenheid nodig voor een huidgebied ter grootte van een volwassen hand. Op deze manier kunt u vrij eenvoudig bepalen hoeveel vingertopeenheden per smeerbeurt nodig zijn wanneer de in te smeren huid verdeeld is over meerdere kleine gebieden.

Zalf smeren - Onderhouds- en afbouwschema

Start met 1 keer per dag gedurende 1 week en dan afbouwen.

	Week 1	Week 2	Week 3	Week 4	Week 5	Week 6
Zaterdag	X	—	—	—	—	—
Zondag	X	—	—	—	—	—
Maandag	X	X	—	—	—	—
Dinsdag	X	X	X	—	—	—

Woensdag	X	X	X	X	—	—
Donderdag	X	X	X	X	X	X
Vrijdag	X	X	X	X	X	X
	Huid rustig?	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem
	Jeuk weg?					

X = smeren met hormoonzalf/medicinale zalf.

_ = geen hormoonzalf/medicinale zalf smeren, **wel neutrale zalf (zalf zonder medicijn)**.

Minimaal 1 maal per dag smeren met een neutrale zalf (zalf zonder medicijn) vanaf week 1.

Niet tegelijk met de hormoonzalf/medicinale zalf. Smeer eerst de hormoonzalf, na 15-30 minuten insmeren met neutrale zalf.

Als afbouwen niet lukt

Bij een opvlamming of een verslechtering van het eczeem bouwt u niet verder af, maar gaat u weer naar het begin van het schema (week 1).

Onderhouds- en afbouwschema (om de dag)

Start met 1 keer per dag gedurende 1 week en dan afbouwen.

	Week 1	Week 2	Week 3	Week 4	Week 5	Week 6
Zaterdag	X	X	X	—	—	—
Zondag	X	—	—	X	X	X
Maandag	X	X	X	—	—	—
Dinsdag	X	—	—	X	X	—
Woensdag	X	X	X	—	—	—
Donderdag	X	—	—	X	X	X
Vrijdag	X	X	X	—	—	—
	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem

X = smeren met hormoonzalf/medicinale zalf.

—= geen hormoonzalf/medicinale zalf smeren, **wel neutrale zalf (zalf zonder medicijn)**.

Minimaal 1 maal per dag smeren met een neutrale zalf (zalf zonder medicijn) vanaf week 1.

Niet tegelijk met de hormoonzalf/medicinale zalf.

Als afbouwen niet lukt

Bij een opvlamming of een verslechtering van het eczeem bouwt u niet verder af, maar gaat u weer naar het begin van het schema (week 1).

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

224701082023