

## Zalf smeren bij constitutioneel of atopisch eczeem

Uw kind heeft de huidaandoening Constitutioneel of atopisch eczeem. Dit is een vorm van eczeem die veel voorkomt. Het eczeem begint meestal voor het eerste jaar en jeukt erg. Het gaat vaak samen met een aanleg voor het krijgen van hooikoorts, astma en voedselallergie. Deze aanleg is erfelijk en heet 'atopie'. Bij veel kinderen verdwijnt het eczeem vanzelf. De atopie aanleg blijft bestaan en het eczeem kan op latere leeftijd terugkomen.

Een van de behandelmethoden is het insmeren met een vette basiszalf/-creme. Hieronder leest u de instructies hiervoor.

Uitgebreide informatie over constitutioneel eczeem vindt u op de website van de [Nederlandse Vereniging voor Dermatologie en Venereologie \(NVDV\)](#). U kunt ook de QR-code rechts scannen.



### Handig: de zalf smeewijzer



Het UMC Utrecht heeft een speciale zalf smeewijzer ontwikkeld.

Deze vindt u in de [Apple App store](#) en [Google Play Store](#) (zoek op Zalf smeewijzer).

## 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 lichaam ..... FTU	Per week ..... gram bij 1 x per dag smeren
<b>Leeftijd</b>	<b>Aantal vingertopeenheden</b>						
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

# 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

	<b>Week 1</b>	<b>Week 2</b>	<b>Week 3</b>	<b>Week 4</b>	<b>Week 5</b>	<b>Week 6</b>
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? Jeuk weg?	Huid rustig? Jeuk weg?	Huid rustig? Jeuk weg?	Huid rustig? Jeuk weg?	Huid rustig? Jeuk weg?	Huid rustig? 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.

224801082023