

## Hormoonzalven

Hormoonzalven onderdrukken de ontstekingsprocessen in de huid en daardoor de verschijnselen van het eczeem. Ze gaan roodheid en jeuk tegen. Inmiddels is gebleken dat bij deskundig gebruik een hormoonzalf een goed resultaat geeft met geen of geringe bijwerkingen. Het goede resultaat wil niet zeggen dat het eczeem geneest, maar dat de klachten verminderen.

Er zijn verschillende sterkten hormoonzalven. Ze worden ingedeeld in vier klassen. Hoe hoger de klasse, hoe sterker de werkzame bestanddelen. Soms kiest de behandelaar ervoor om met een lage klasse te starten en om bij onvoldoende resultaat een sterkere hormoonzalf voor te schrijven. Soms wordt direct gestart met een sterke hormoonzalf zodat de ontsteking in de huid snel en krachtig wordt onderdrukt.

## Bijwerkingen

Wanneer hormoonzalven goed worden gebruikt, kunnen bijwerkingen sterk beperkt worden.

Bijwerkingen van hormoonzalf kunnen zijn:

- Het dunner worden van de huid (atrofie)
- Rode vaatverwijdingen (couperose)
- Haartjes kunnen harder gaan groeien

- De huid kan witter worden (in sommige gevallen juist donkerder)
- Huidstriemen (striae)

## Zalfadviezen

- In de beginfase van het eczeem, als er een rode jeukende huid ontstaat, smeert u meestal één of twee keer per dag. Vaker dan twee keer per dag smeren is niet effectief.
- Voor plaatsen waar de huid anders is samengesteld, is een minder sterke hormoonzalf vaak beter. Deze plaatsen zijn het gezicht, rondom de ogen, oogleden en in huidplooien.
- Smeer de hormoonzalf alleen op de plekken waar het eczeem zit. Zijn er over een groot gedeelte van het lichaamsdeel veel kleine plekjes eczeem, smeer dan het hele lichaamsdeel in. Om te weten hoeveel medicinale zalf u nodig hebt per lichaamsdeel, is een schema gemaakt dat de vingertop als maateenheid hanteert: 1 FTU (= fingertip unit) = ongeveer gelijk aan 0,5 gram zalf.

## Afbouwen van hormoonzalven

Na de start van een intensieve behandeling kunt u vaak binnen twee weken een duidelijke verbetering zien. Maar voordat u de zalf gaat afbouwen, moet de huidaandoening echt sterk verbeterd zijn.

Bespreek het afbouwen van de zalf met uw behandelaar. Er zijn verschillende mogelijkheden. Bouw niet af als er geen

verbetering is of als u merkt dat het eczeem weer terug komt terwijl u nog bezig bent met de behandeling.

U begint uw behandeling met twee keer per dag hormoonzalf smeren.

- Bij duidelijke verbetering (het actieve eczeem is niet meer zichtbaar en de jeuk is verminderd) gaat u naar één keer per dag hormoonzalf smeren.
- Blijft dit goed gaan, gaat u dan naar: twee dagen stoppen met hormoonzalf, vijf dagen wel hormoonzalf smeren.
- Bij blijvende verbetering gaat u naar drie dagen stoppen met hormoonzalf, vier dagen wel hormoonzalf smeren enzovoort.
- Op de dagen waarop u geen hormoonzalf smeert, de huid wel verzorgen met een neutrale zalf!

Hieronder staat een aantal mogelijkheden uitgewerkt.

- Bouw af tot u uitkomt op 0 dagen of enkele dagen hormoonzalf smeren in de week, bijvoorbeeld alleen in het weekend. Dit kunt u zo maanden volhouden. Soms kunt u afbouwen naar 0 dagen. Maar bij sommigen lukt het niet om naar 0 af te bouwen. U kunt dan dus 1 tot 2 dagen hormoonzalf per week blijven smeren.
- Naast het steeds minder vaak gaan smeren, kunt u ook afbouwen door naar een minder sterke hormoonzalf over te stappen. Dus van een klasse 3 naar een klasse 2 zalf . Overleg dit met uw behandelaar.

- Bouw niet verder af als er geen verbetering is, of als u merkt dat het eczeem weer terugkomt.  
Bij opvlammen van het eczeem gaat u weer terug in het schema. Is de huid weer rustig dan kunt u opnieuw beginnen met afbouwen.
- Stop nooit ineens met het smeren van hormoonzalf.

### **Afbouwschema hormoonzalf:**

- Week 1: 2 x daags smeren (ochtend en avond)
- Week 2: 1 x daags smeren (ochtend of avond)
- Week 3: 1 x daags smeren maandag t/m vrijdag
- Week 4: 1 x daags smeren dinsdag t/m vrijdag
- Week 5: 1 x daags smeren woensdag t/m vrijdag
- Week 6 en 7: 1 x daags smeren donderdag en vrijdag

Naast de hormoonzalf minimaal 1 maal per dag smeren met een neutrale zalf (zalf zonder medicijn) vanaf week 2. Dit niet tegelijk met de hormoonzalf/medicinale zalf.

Als afbouwen niet lukt door een opvlaming of een verslechtering van het eczeem bouwt u niet

verder af, maar gaat u weer naar het begin van het schema (week 1 of week 2).

## Hoeveelheid benodigde zalf (in FTU=fingertopunit)

|            | hoofd/hals | arm/hand | been/voet | buik | rug | aantal gram per week bij 1 maal daags smeren |
|------------|------------|----------|-----------|------|-----|----------------------------------------------|
| 3-12 mnd   | 1          | 1        | 1,5       | 1    | 1,5 | 30                                           |
| 1-2 jaar   | 1,5        | 1,5      | 2         | 2    | 3   | 50                                           |
| 3-5 jaar   | 1,5        | 2        | 3         | 3    | 3,5 | 65                                           |
| 6-10 jaar  | 2          | 2,5      | 4,5       | 3,5  | 5   | 85                                           |
| 10-16 jaar | 2,5        | 3        | 6         | 5    | 6   | 110                                          |
| volwassene | 2,5        | 4        | 8         | 7    | 7   | 140                                          |

Bron: website UMCutrecht/zalven bij eczeem

## Tot slot

Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, dan kunt u contact opnemen met de polikliniek Dermatologie. De polikliniek is bereikbaar van maandag t/m vrijdag van 08.00 tot 16.00 uur via telefoonnummer: **(079) 346 28 86**.

Wij stellen uw mening op prijs. Heeft u opmerkingen of suggesties over deze folder of over uw behandeling, laat dit ons dan weten.

---

## 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.

525402082023