

Wat is constitutioneel eczeem?

Eczeem is een ontstekingsziekte van de huid. Dat geeft jeukende plekken op de huid, met schilfers, bultjes, kloofjes of korstjes. Bij een lichte huid zijn de plekken rood. Bij een getinte of donkere huid zijn het donkere plekken. Eczeem bij kinderen komt vaak door erfelijke aanleg. Deze vorm van eczeem wordt constitutioneel eczeem of atopisch eczeem genoemd.

CE is een vorm van eczeem die veel voorkomt. Het begint vaak al bij baby's en komt het meest voor in de leeftijd van 0 tot 4 jaar. Bij de meeste kinderen verdwijnt het eczeem vanzelf. De aanleg om eczeem te krijgen blijft. Het eczeem kan daardoor soms op latere leeftijd terugkomen.

Jeuk

Een vervelende klacht van eczeem is dat het jeukt. Ook het herstel van de huid kan voor jeuk zorgen. Krabben helpt even, maar uiteindelijk wordt het eczeem daardoor juist erger. Door het krabben raakt de huid beschadigd. Schimmels en bacteriën kunnen dan gemakkelijk in de huid komen. Daardoor ontstaan nieuwe irritaties, beschadigingen en infecties. Dit maakt het eczeem en de jeuk weer erger.



Actieve en langdurige fase

Welke klachten eczeem geeft, hangt af van de fase van het eczeem; de actieve of de langdurige fase. Deze fasen kunnen na elkaar maar ook tegelijk voorkomen.

Actieve fase

- Duurt een paar dagen tot weken.
- (Soms) heftige jeuk.
- Een rode of donkere gezwollen en warme huid.
- Bultjes op de huid.
- Met vocht gevulde blaasjes op de huid.

Langdurige fase

- Schilfering van de huid.
- Verdikte huid.
- Grovere huidlijnen.
- Kloven.

Oorzaak

De precieze oorzaak van CE is nog onduidelijk. Wel is bekend dat er vaak een erfelijke aanleg is. Ouders met allergische klachten of eczeem hebben een grotere kans op het krijgen van een kind met eczeem.

Ook werken de huid en het afweersysteem anders:

1. De beschermlaag van de huid werkt minder goed. Hierdoor worden irriterende stoffen makkelijker doorgelaten.
2. Het afweersysteem is te actief. Hierdoor reageert de huid sterker op verschillende prikkels.

Behandeling

De aanleg voor eczeem is niet te veranderen, maar de klachten zijn vaak wel goed te behandelen.

Door de huid regelmatig en goed in te smeren met zalven worden de ontstekingsreacties van de huid onderdrukt. Daardoor verminderen klachten zoals roodheid, huidschilfers, droogheid van de huid en jeuk.

Hiervoor worden basiszalven en zalven met medicijnen gebruikt.

Verschillende soorten zalven

1. Basiszalven

Deze zalven zorgen ervoor dat de huid vet blijft en niet uitdroogt. Het is belangrijk om de huid elke dag in te smeren met basiszalf, ook als het eczeem rustig is. Zo blijft de huid soepel.

2. Zalven met een medicijn

Deze zalven worden gebruikt bij acuut eczeem. Meestal zijn dat zalven met hormonen (corticosteroiden). Dit remt ontstekingen en maakt jeuk minder. Als de huid niet goed reageert op hormoonzalf, wordt soms ook zalf gebruikt die het afweersysteem remt.

1. Basiszalven

Basiszalven zijn er in veel soorten. Ze verschillen in hoeveel water en vet er in zit. Overleg met de arts en verpleegkundige hoe de basiszalven bevallen, de keuze is ruim en er is veel mogelijk.

Als de huid erg droog is, wordt vaak een hele vette zalf gebruikt. Dit beschermt de huid goed, maar sluit de huid soms ook te veel af. Gebruik daarom bij rustig eczeem een wat minder vette zalf en alleen na het douchen een hele vette zalf.

Basiszalven kunnen door een arts worden voorgeschreven, maar zijn ook zonder recept bij de apotheek te krijgen. Een aantal basiszalven wordt vergoed door de zorgverzekeraar als ze zijn voorgeschreven door een arts.

Oplopend van minst naar meest vet:
lotion → crème → zalf → vetzalf

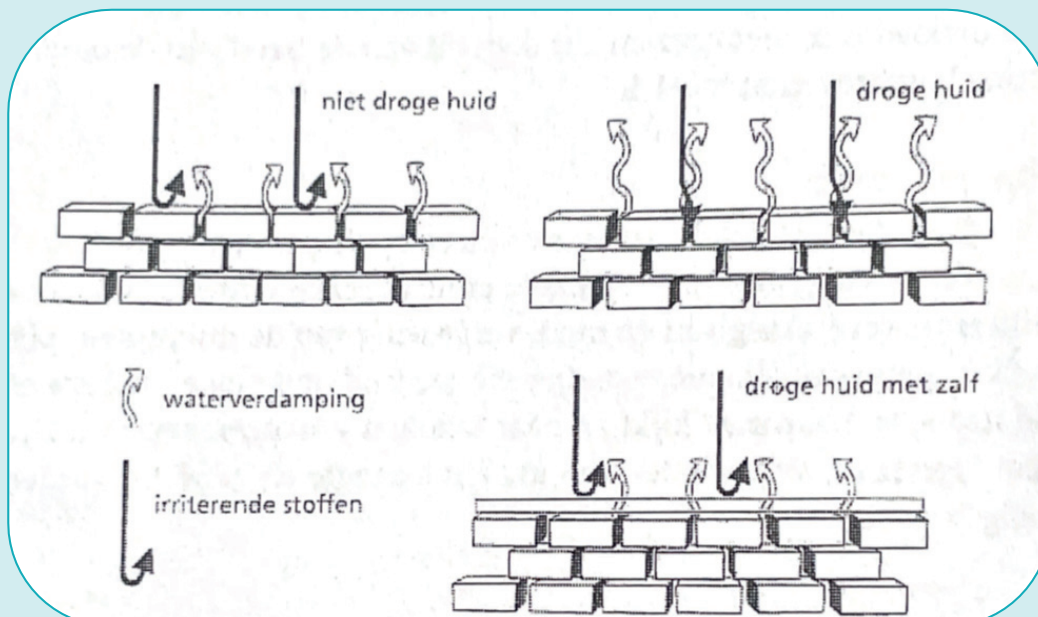
2 Hormoonzalven

Hormoonzalven zijn er in verschillende sterkten. Ze worden ingedeeld in klasse 1 tot en met 4. Hoe hoger de klasse, hoe sterker de werking.

Bijwerkingen zijn er bijna nooit als de zalf niet vaker en langer wordt gebruikt dan de arts voorschrijft.

Bijwerkingen kunnen zijn: een dunne huid, kleine bloedvaatjes die te zien zijn en een streperige huid.

Het is belangrijk de zalven in de juiste hoeveelheid en volgens een schema te gebruiken en af te bouwen.



Weergave van de (droge) huid met en zonder zalf

Hoe gebruikt u de hormoonzalf ?

Waar

Smeer de hormoonzalf alleen op de plekken waar het eczeem zit. Zitten er in een groot gebied veel kleine plekjes eczeem? Smeer dan het hele lichaamsdeel in.

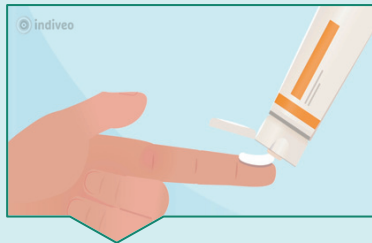
Hoe vaak

Meestal wordt gestart met 1 keer per dag. Schrijft de arts 2 keer per dag hormoonzalf voor? Ga dan bij duidelijke verbetering terug naar 1 keer per dag.

Hoeveel

Hiervoor wordt de vingertop als maat gebruikt. 1 FTU (= fingertip unit/vingertop eenheid) is ongeveer 0,5 gram zalf. Dit is de hoeveelheid zalf die u in 1 streepje uitknijpt op het bovenste kootje van de wijsvinger. Per leeftijd en lichaamsdeel is een bepaald aantal vingertop eenheden zalf nodig. Zie hiervoor tabel 1.

Blijf ook elke dag de basiszalf gebruiken. Smeer eerst de hormoonzalf. Wacht minstens 1 uur. Smeer dan de basiszalf.



Tabel 1. Aantal vingertop eenheden

	Hoofd/hals	Arm/hand	Been/voet	Buik	Rug	Hele lichaam	Gram <u>per week</u> bij 1 x per dag smeren
3 - 12 maanden	1	1	1,5	1	1,5	8,5	30 gram
1 tot 2 jaar	1,5	1,5	2	2	3	13,5	50 gram
3 tot 5 jaar	1,5	2	3	3	3,5	18	65 gram
6 tot 10 jaar	2	2,5	4,5	3,5	5	24,5	85 gram
10 tot 16 jaar	2,5	3	6	5	6	31,5	110 gram
Volwassen	2,5	4	8	7	7	40	140 gram

Afbouwen en onderhoud bij medicijnzalfen

Zalf met medicijnen geeft vaak binnen 2 weken een duidelijke verbetering. Stop dan niet direct met smeren. Het is belangrijk langzaam af te bouwen. Bespreek het afbouwen van de zalf altijd met de arts of verpleegkundige. Bouw niet verder af als er geen verbetering is of als het eczeem weer terugkomt tijdens het afbouwen.

U kunt afbouwen:

- In dagen. Vaak lukt het niet om naar 0 dagen af te bouwen. U kunt dan 1 of 2 dagen per week hormoonzalf blijven smeren op de plaatsen waar het eczeem steeds terugkomt. De afbouwschema's hieronder zijn een voorbeeld. U hoeft ze niet precies te volgen. Het is altijd het belangrijkste om te kijken hoe de huid reageert.
- In sterkte. Bijvoorbeeld van een klasse 3 naar een klasse 2 zalf.

Schema 1

Afbouwen per dag

	wk.1	wk.2	wk.3	wk.4	wk.5	wk.6
Zaterdag	✓	—	—	—	—	—
Zondag	✓	—	—	—	—	—
Maandag	✓	✓	—	—	—	—
Dinsdag	✓	✓	✓	—	—	—
Woensdag	✓	✓	✓	✓	—	—
Donderdag	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Vrijdag	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Schema 2

Afbouwen om de dag

	wk.1	wk.2	wk.3	wk.5	wk.6	wk.6
Zaterdag	✓	✓	✓	—	—	—
Zondag	✓	—	—	✓	✓	✓
Maandag	✓	✓	✓	—	—	—
Dinsdag	✓	—	—	✓	✓	—
Woensdag	✓	✓	✓	—	—	—
Donderdag	✓	—	—	✓	✓	✓
Vrijdag	✓	✓	✓	—	—	—

✓ medicijnzalf en basiszalf

— alleen basiszalf

- Is er geen verbetering of komt het eczeem weer terug? Bouw dan niet verder af.
- Ga bij een opvlamming van het eczeem weer terug naar het begin van het schema (week 1 of week 2).

Over de app Zalf smerwijzer

De Zalf smerwijzer is ontwikkeld door verpleegkundig specialisten van het nationaal expertisecentrum Eczeem van het UMC Utrecht. De app legt stap voor stap uit hoe u basis- en hormoonzalven het beste kunt gebruiken en hoe u de behandeling op een goede manier afbouwt.

De app bestaat uit 4 hoofdthema's met informatie over zalven en jeuk, een persoonlijk behandelplan en tips & animatiefilmpjes. De app is gratis te downloaden via de App Store of Google Play



Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play



Vragen?

Neem contact op met de polikliniek Kindergeneeskunde via de BeterDichtbij app.

Bent u door de polikliniek nog niet uitgenodigd voor BeterDichtbij of heeft u een dringende vraag? Dan kunt u bellen. **T: 0515 - 48 89 85**