

# Eczeem door erfelijke aanleg

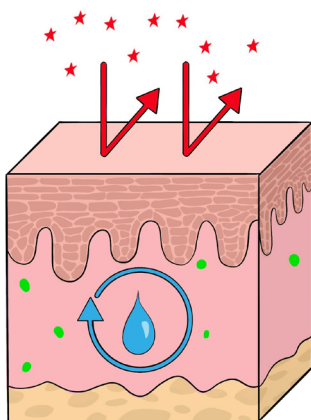
(constitutioneel eczeem of atopisch eczeem)

Bij iemand met eczeem door erfelijke aanleg is de huid anders.

En eczeem geeft jeuk en rode plekken met schilfers, bultjes, kloofjes, blaasjes of korstjes.

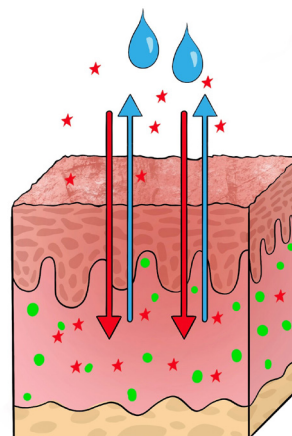
De huid is droog.

## Huid zonder eczeem



- De huidcellen liggen goed tegen elkaar.
- De huid kan vocht goed vasthouden.
- De huid beschermt tegen prikkels van buiten.
- De afweer in de huid is gezond.

## Huid met eczeem



- De huidcellen liggen niet goed tegen elkaar.
- Vocht gaat makkelijker door de huid naar buiten.
- Prikkels gaan makkelijker door de huid naar binnen.
- De afweer in de huid is te actief.

Je kunt eczeem door erfelijke aanleg op iedere leeftijd krijgen.

Het komt veel voor, vooral bij jonge kinderen.

Iemand met eczeem door erfelijke aanleg heeft ook meer kans op: hooikoorts en allergie voor dieren / astma / voedselallergie

Wat is eczeem door erfelijke aanleg **wel**

- **Wel** goed te behandelen
- **Wel** chronisch: het kan terugkomen ondanks behandeling
- **Wel** heel vervelend: het kan veel invloed hebben op hoe je je voelt

Wat is eczeem door erfelijke aanleg **niet**

- **Niet** besmettelijk
- **Niet** gevaarlijk
- **Niet** veroorzaakt door een voedselallergie

De oorzaak van dit eczeem zit in je aanleg en je afweer. De klachten van eczeem door erfelijke aanleg kunnen erger worden door prikkels en stoffen uit de omgeving. Deze prikkels en stoffen zijn voor iedereen anders. Voorbeelden zijn:



Heet en lang  
douchen



Krabben



Kleren van wol



Warm of  
koud weer



Ziek zijn



Zeep, douche-  
gel, shampoo



Stress



Schoonmaak-  
middelen

# Eczeem door erfelijke aanleg

(constitutioneel eczeem of atopisch eczeem)

## Behandelingen

Er zijn veel behandelingen voor eczeem.

Overleg met je behandelaar welke behandeling voor jou het meest geschikt is.

Dit hangt onder andere af van de ernst van het eczeem.

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                            |                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Zalven</b><br>Eczeem behandel je met basiszalf en medicijnzalf (met corticosteroid).<br>Medicijnzalf is veilig om te gebruiken voor volwassenen én voor kinderen. Daarvoor moet je de zalf wel op de goede manier gebruiken.<br>Hoe dat moet lees je op <a href="http://eczeemwijzer.nl">eczeemwijzer.nl</a> , <a href="http://vmce.nl">vmce.nl</a> en <a href="http://thuisarts.nl">thuisarts.nl</a> | <b>Basiszalf</b>           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cetomacrogolzalf of -crème</li> <li>• Lanettezalf of -crème</li> <li>• Cetomacrogolcrème met (%) vaseline</li> <li>• Lanettecrème met (%) vaseline</li> <li>• Vaseline/ paraffine</li> <li>• Koelzalf</li> </ul> |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Medicijnzalf</b>        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Medicijnzalf (met corticosteroid)</li> <li>• Andere medicijnzalf</li> </ul>                                                                                                                                      |
| <b>Andere behandelingen: pillen of injecties</b><br>Helpen de basiszalf en medicijnzalf niet genoeg? Dan zijn er andere behandelingen.<br>Niet iedereen kan deze behandelingen krijgen. Het hangt af van je leeftijd en hoe ernstig je eczeem is.<br>Bij deze andere behandelingen moet je ook nog steeds smeren met zalf.                                                                               | <b>Pillen of injecties</b> | Voorbeelden van pillen of injecties:<br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Ciclosporine en Methotrexaat</li> <li>• Biologics</li> <li>• JAK remmers</li> </ul>                                                                                      |

## TIPS

Wat kun je zelf doen tegen stoffen en prikkels die de klachten van eczeem erger maken?



### Douchen

- Douche kort, niet langer dan 5 tot 10 minuten.
- Douche met water van maximaal 37-38 graden.
- Gebruik zo weinig mogelijk douchegel / zeep / shampoo.
- Gebruik douche- of badproducten op oliebasis.
- Smeer basiszalf op je hele lichaam na het douchen.



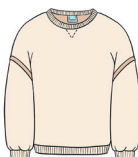
max  
5-10 min



max  
37-38°C

### Kleding

- Draag kleren van katoen, zijde of bamboe.
- Draag wijde kleren die luchtig zitten.
- Knip merkjes uit de kleding, want die kunnen kriebelen.



### Zwemmen

- Douche kort met lauw water direct na het zwemmen.
- Smeer altijd met de basiszalf na het douchen.



### Niet krabben

- Houd je nagels kort.
- Klop of blaas zacht op de plek met jeuk.
- Leg iets koels op de plek met jeuk.



### Winter

- Smeer vaker met basiszalf.
- Zet de verwarming niet hoger dan 19 graden.

### Zomer

- Spoel je zweet weg onder de douche en smeer daarna meteen met basiszalf.

Wil je meer weten  
over eczeem. Kijk  
dan eens hier! →



[eczeemwijzer.nl](http://eczeemwijzer.nl)



[vmce.nl](http://vmce.nl)



[zalfsmeerwijzer  
Apple App store](#)



[zalfsmeerwijzer  
Google Play Store](#)



[thuisarts.nl](http://thuisarts.nl)

Animaties →



[Erfelijke aanleg](#)



[Voedselallergie](#)



[Basiszalven](#)



[Medicijnzalven](#)



[Leefstijladviezen](#)