

Atopisch eczeem in het kort

Patiënteninformatie
voor bij de kinderarts



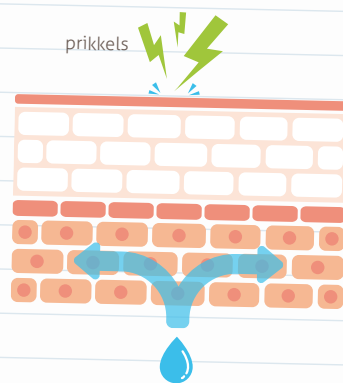
Atopisch eczeem in het kort

Wat is atopisch eczeem?

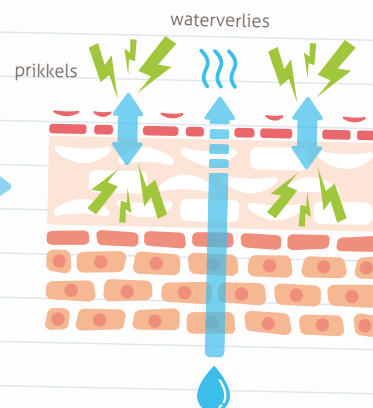
- Atopisch eczeem wordt ook wel constitutioneel eczeem genoemd.
- Eczeem kun je herkennen aan een rode en schilferige huid, bultjes, blaasjes en verschrikkelijke jeuk!
- De plekken kunnen over je hele lichaam voorkomen en zitten vooral in plooien van de ellebogen, de knieën, de hals, het gezicht en de handen.
- Het eczeem kan helaas terugkomen.
 - Eczeem is niet besmettelijk en je kunt het rustig aanraken, ook bij een ander.



Gezonde huidbarrière



Verstoorde huidbarrière



De bovenste laag is de opperhuid. De opperhuid beschermt je lichaam tegen alles wat er van buiten je lichaam in komt, bijvoorbeeld bacteriën en virussen.

De middelste laag is de lederhuid. De lederhuid regelt je lichaamstemperatuur en heeft veel zenuwen waardoor je met je huid goed kunt voelen.

De onderste laag is je vetweefsel. Het vetweefsel is een soort isolatielaagje en zorgt dat je lekker warm blijft.

Bij eczeem is de bovenste laag van de huid droger, waardoor stoffen makkelijker door je huid binnendringen en je afweercellen geprikkeld worden.

Wat kan je eczeem erger maken?

- Wanneer je je niet zo lekker voelt.
- Of je maakt je extra zenuwachtig, bijvoorbeeld voor een spreekbeurt.
- In de winter, wanneer de huid sowieso al droger is.



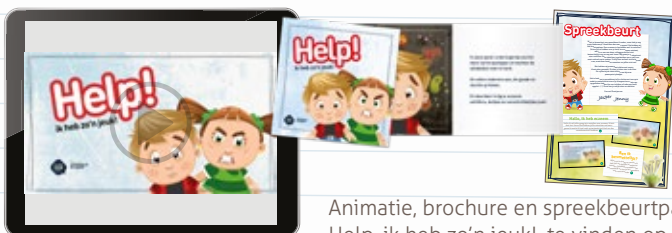
Wat kun je er zelf aan doen?

- Knip je nagels kort zodat je ook wanneer je ongemerkt krabt, bijvoorbeeld 's nachts, je huid niet beschadigt.
- Je kunt je huid met een vette zalf insmeren zodat je huid niet droog wordt.
- Douche je niet met zeep en ook niet te heet en te lang; dat droogt je huid extra uit.
- Let op wat je draagt; liefst katoen en gladde stoffen en bijvoorbeeld geen wol.
- Houd rekening met sommige voedingsmiddelen, zoals pinda's en noten.
- Houd je kamer lekker schoon zodat je huisstofmijt - dat zijn hele kleine beestjes die je met het oog niet kunt zien - kunt voorkomen omdat ze ook invloed hebben op atopische aandoeningen.
- De zon kan een positief effect hebben op eczeem, maar let op dat je je wel goed insmeert.
- Veel ontspannen en goed slapen helpen ook.

Welke behandelingen zijn er voor atopisch eczeem?

Jouw dokter, de kinderarts, kan jouw eczeem op verschillende manieren behandelen. Dit kan met crèmes, zalf of hormoonzalf. Als dit nog niet goed genoeg werkt, kunnen er ook andere middelen gebruikt worden. Dit zijn bijvoorbeeld 'biologicals'. Soms doet de kinderarts dit samen met de 'dermatoloog', de dokter die heel veel weet over huidziekten. Zij kunnen ervoor zorgen dat je eczeem en jeuk goed behandeld worden!

Ben je op zoek naar nog meer informatie?



Animatie, brochure en spreekbeurtpakket voor kinderen: Help, ik heb zo'n jeuk!, te vinden op de [inدهuidvan](http://inدهuidvan.nl)-website



Volg [inدهuidvan](https://www.inدهuidvan.nl) nu ook op TikTok!

Voor ouders/verzorgers



Vereniging voor Mensen met Constitutioneel Eczeem (VMCE)

Folder 'Constitutioneel eczeem' van de NVDV

Folder 'Corticosteroiden voor de huid - hormoonzalven' van de NVDV

Alles over leven met eczeem op www.inدهuidvan.nl