

Behandeling constitutioneel eczeem

Constitutioneel eczeem (CE) is bij jonge kinderen een veel voorkomende chronische erfelijke ontsteking van de huid. Kenmerken zijn vooral *jeuk*, een (extreem) *droge en ruwe huid* met rode en schilferende plekken, bultjes en/ of vochtblaasjes, kloofjes en korstjes. De aandoening is sterk wisselend in ernst, periodes met weinig klachten worden afgewisseld met periodes waarin het eczeem sterk opspeelt. Gewoonlijk blijven de klachten enkele jaren bestaan om dan weer te verdwijnen, soms voor altijd.

Behandeling

Constitutioneel eczeem is met geneesmiddelen niet te genezen maar wel goed te behandelen. De behandeling is gericht op het onderdrukken van de verschijnselen, waardoor de klachten afnemen. Op de eerste plaats richten we ons op de behandeling van de droge huid met vette zalven. Maar ook door het opstellen van leefregels die het uitdrogen van de huid tegengaan en de schade door het krabben beperken.

Basiszalf

Goede verzorging van de huid is de eerste stap om het eczeem zo rustig mogelijk te houden. Dit doen we met behulp van vette *basiszalven*. Het is belangrijk dat uw kind consequent vette zalven of vette crèmes gebruikt om het vochtgehalte van de huid te verbeteren en op peil te houden.

De basisbehandeling bij eczeem bestaat uit het dagelijks smeren van een neutrale, vette basiszalf of crème!

Behandelzalf

Bij een opvlamming van eczeem krijgt uw kind hormoonzalven of crèmes. Het zijn zalven waaraan een medicijn is toegevoegd: de hormoonzalven, ook wel *behandelzalven* genoemd. Ze nemen niet de oorzaak weg, maar bestrijden de verschijnselen van eczeem door de ontsteking van de huid te onderdrukken, waardoor de roodheid en de jeuk vermindert. Behandelzalf is er in verschillende sterkten en smeert u alleen op de eczeem plekken. De sterkte van de hormoonzalf wordt aangepast aan de ernst en de plaats van het eczeem

Medicijnen in tabletvorm, drank of druppels

De kinderarts kan uw kind naast de zalven ook medicijnen voorschrijven in tabletvorm of druppels zoals:

Antibiotica

De huid van kinderen met eczeem is extra gevoelig voor infecties. Bij (bacteriële, virale) infecties ontstaan puistjes, blaasjes, open plekken en/of gele korsten op de huid. Wanneer er sprake is van een ontsteking bij het eczeem dan kan de huid tijdelijk behandeld worden met een ontsmettende crème of antibioticazalf, bij een uitgebreide

infectie kan een kuur met antibiotica nodig zijn. Heeft uw kind regelmatig een ontstoken huid dan kan het zinvol zijn om de huid max. 2x per week te wassen met Betadinescrub of Hibiscrub (niet dagelijks want anders droogt de huid te veel uit).

Prednison

Bij zeer ernstig of hardnekkig eczeem kan de arts uw kind sterkere medicijnen (prednison) in tabletvorm of drank voorschrijven. Uw kind krijgt deze tabletten/drank alleen als het eczeem zeer ernstig is en smeren niet voldoende helpt.

Antihistaminica bij aanhoudende jeukklachten

Als er sprake is van bijvoorbeeld slapeloosheid door jeuk, kan de arts speciale jeukstillende medicijnen voorschrijven.

Tegenwoordig wordt een behandeling met *teerzalf* minder vaak voorgeschreven (het vlekt en heeft een aparte geur). Een behandeling met *Tacrolimuszalf (Protopic)* of *Pimecrolimuscrème (Elidel)* wordt zelden door de kinderarts voorgeschreven omdat de mogelijke bijwerkingen op lange termijn bij kinderen nog niet bekend zijn.

Verbandmaterialen

Bij matig tot ernstig eczeem en veel jeuk wordt geadviseerd de ingevette huid met verbandmiddelen te bedekken. Het verband versterkt het effect van de zalf. Ook beschermt het de huid tegen prikkels en beschadiging door krabben waardoor er minder kans is op infecties. Verbandpakken, sokken en handschoenen (Binamed, DermaCura) worden (indien nodig) door de eczeemverpleegkundige aangevraagd.

Uitlokkende/prikkelende factoren

Ook uitlokkende factoren van buitenaf kunnen het eczeem negatief beïnvloeden b.v. (zwembad)water, zeep, stress, schurende kleding, parfum, het klimaat (droge lucht). Het is belangrijk deze prikkels te herkennen en te weten hoe u deze prikkels, die het eczeem verergeren en/of in stand houden, kunt vermijden en hoe u er het beste mee om kunt gaan.

Door de huid in goede conditie te houden en te beschermen, vermindert de jeuk en krijgt eczeem minder kans. De eczeemverpleegkundige helpt u daarbij, zij bespreekt met u het behandeladvies en geeft u handvatten in het omgaan met het eczeem van uw kind.

Zalven

De behandeling van de droge huid met een vette crème/zalf (= basiszalf)

Mensen met eczeem hebben een aangeboren andere vetsamenstelling van de huid, waardoor de huid van nature droger is. Een goede verzorging van de huid is de eerste stap om het eczeem zo rustig mogelijk te houden.

Vette crèmes/zalven vormen *de basis* van de behandeling, ze worden ook wel *basiszalf* genoemd. Basiszalven zijn er in zeer veel soorten. De overeenkomst tussen

al deze zalven is dat ze geen medicijnen bevatten, het verschil zit in de samenstelling, de verhouding van water en vet:

- Een *zalf* is een vet smeersel, hierin zit weinig water
- Een *crème* is een samenstelling van vet en water
- Een *lotion* bevat veel water

Basiszalven zijn ongeparfumeerd, neutraal en op doktersrecept verkrijgbaar. Hoe droger de huid, hoe vetter de zalf moet zijn (lotions en crèmes bevatten meer water die de huid soms onvoldoende verzorgen en uitdrogen).

De basiszalven gebruik je **dagelijks**, zowel in de actieve fase als ook in de rustige fase van het eczeem:

In de rustige fase houdt de vette basiszalf de huid soepel en de beschermende laag intact waardoor eczeem minder kans heeft weer actief te worden en de huid minder jeukt. Smeer de huid *minimaal 1x per dag* in. Dus ook op momenten dat uw kind weinig tot geen last heeft van het eczeem en ook op plaatsen waar geen eczeem zit. Bij een droge of een jeukende huid moet u vaker smeren!

In een onrustige fase zal twee tot drie keer per dag smeren met vette zalf of crème nodig zijn om de huid minder droog te krijgen. Basiszalven worden in een onrustige fase, naast behandelzalf (de zalf met het medicijn) ook gebruikt als bijsmeerzalf om de hevige jeuk te verminderen.

De keuze van de vettende crème/zalf

Er zijn veel verschillende basiszalven, crèmes en lotions. Voorkeur voor een bepaalde zalf is heel persoonlijk, het is belangrijk dat een basiszalf prettig smeert en goed aanvoelt. Bepaalde omstandigheden zoals seizoenen, sporten en koorts kunnen ook de voorkeur voor een vettende zalf beïnvloeden. 's Zomers wordt vaak een minder vette zalf gebruikt dan 's winters en 's ochtends vaak een minder vette zalf dan 's avonds. Een vette zalf kan bij warmte jeuk veroorzaken, doordat er een broeireactie ontstaat. Bij een nattende huid of nat eczeem is het van belang om met een crème te smeren en niet met een zalf.

Voorbeelden zijn: cetomacrogol FNA zalf, lanettezalf, koelzalf FNA, paraffinevaseline, vaseline-lanettecrème en cetomacrogol FNA crème of Eucerine cum aqua.

Soms is het even zoeken naar de meest geschikte zalf/crème, combineren is ook mogelijk. De eczeemverpleegkundige helpt u bij het kiezen van de juiste basiszalf. Tijdens het spreekuur kunt u samen met haar de verschillende basiszalven uitproberen.

Zalfinstructies met een vettende crème/zalf

- Let op de houdbaarheidsdatum van de pot of de tube;
- Plaats de zalf eventueel in de koelkast: koele zalf werkt jeukstillend;
- Zorg voor een aangename temperatuur in de ruimte waar wordt gezalfd;

- Was uw handen voor het zalven en zorg voor warme handen (handschoenen zijn niet nodig);
- Schep de vette zalf met een lepel of spatel uit de pot om niet steeds met de handen in de pot te zitten. Dit is extra belangrijk bij open eczeem;
- Minimaal 1x per dag smeren, ook als de huid rustig is, bij een droge of jeukende huid moet er vaker gesmeerd worden!
- Hoe droger de huid, hoe vetter de zalf die je gebruikt;
- Gebruik voldoende zalf, wrijf de zalf goed uit;
- Smeer met de haarrichting mee, anders ontstaan er geïrriteerde haarwortelzakjes;
- Volg een vast smeerpatroon om geen lichaamsdelen te vergeten;
- Maak van het zalven zoveel mogelijk een plezierige gebeurtenis voor kinderen en betrek uw kind zoveel mogelijk bij het zalven door het zelf met een vette zalf te laten zalven, leer het kind dat huidverzorging een vast onderdeel van de dagelijkse hygiëne is;
- Gebruik geen vette zalf op nattende eczeemgebieden maar een crème;
- Bij het gebruik van een behandel- of antibioticazalf moeten eerst de eczeemplekken ingesmeerd worden en pas na 1 uur moet de gehele huid met de basiszalf ingesmeerd worden.

Hormoonzalf (= behandelzalf)

Wanneer gesproken wordt over zalven met een medicijn, gaat het meestal over zalven met hormonen (corticosteroiden). Hormoonzalven onderdrukken de ontstekingsprocessen in de huid en daardoor de verschijnselen van het eczeem. Ze gaan roodheid en jeuk tegen. Veel mensen zijn bang om hormoonzalven te gebruiken omdat ze bang zijn voor bijwerkingen. Deze angst is niet nodig. Uit wetenschappelijk onderzoek is gebleken dat bij goed gebruik van hormoonzalven, volgens instructie van de arts of eczeemverpleegkundige, ook bij langdurig gebruik de kans op bijwerkingen vaak zeer klein is en dat het een goed resultaat geeft.

Bedenk dat wanneer de huid onvoldoende behandeld wordt, de huid (ook) beschadigd raakt door het eczeem en het krabben. Daarnaast heeft de voortdurende jeuk en ontsteking een negatief effect op de ontwikkeling van het kind.

Mogelijke bijwerkingen van hormoonzalf

- het dunner worden van de huid (atrofie); dit is een tijdelijke bijwerking, na het afbouwen van de zalf wordt de huid weer normaal van dikte;
- rode vaatverwijdingen (couperose);
- haartjes kunnen harder gaan groeien;
- de huid kan witter worden (in sommige gevallen juist donkerder); dit is een gevolg van het eczeem zelf. Doordat de huid beschadigd is, vermindert het pigment uit de huidcellen. Als de huid weer hersteld is, kleurt deze geleidelijk weer bij na blootstelling aan zonlicht;
- groeivertraging bij erg langdurig gebruik van teveel zalf in een te hoge klasse;
- sommige hormoonzalven geven de eerste 2 dagen een wat branderig gevoel.

Verschillende sterkten van behandelzalven

Er zijn verschillende sterkten (4 klassen) hormoonzalven. Hoe hoger de klasse, hoe sterker de werkzame bestanddelen. Uw kind krijgt het medicijn meestal in een zalf, soms in een crème of lotion. Dit is afhankelijk van de aard en plaats van het eczeem. Corticosteroïden in een zalf zijn effectiever dan in een crème, behalve bij een nattend eczeem. Bij kinderen jonger dan 2 jaar worden meestal alleen klasse 1 en 2 behandelzalven gebruikt. Bij kinderen ouder dan 2 jaar klasse 1, 2 en eventueel 3.

Enkele voorbeelden zijn: Hydrocortison (klasse 1), Emovate®, Triamcinolon® of *Locoid*® (klasse 2), Cutivate® of Mometason (klasse 3)

Toepassing van hormoonzalven

Soms kiest de kinderarts ervoor om met een lage klasse hormoonzalf te starten en om bij onvoldoende resultaat een sterkere zalf voor te schrijven. Soms start een arts gelijk met een sterke hormoonzalf zodat de ontsteking in de huid snel en krachtig wordt onderdrukt.

Vaak wordt voor plaatsen waar de huid een andere samenstelling heeft, een minder sterke hormoonzalf voorgeschreven of een lagere frequentie gebruikt. Deze plaatsen zijn het gezicht, rondom de ogen en in huidplooiën.

Bij gebruik van hormoonzalven is het belangrijk om nooit ineens te stoppen met smeren, maar bij voldoende verbetering geleidelijk af te bouwen volgens een afbouwschema.

Gebruik van behandelzalven

- Let op de houdbaarheidsdatum van de pot of de tube;
- Zorg voor een aangename temperatuur in de ruimte waar wordt gezalfd;
- Was eerst de handen;
- Schep de vettende crème met een lepel of spatel uit de pot om niet steeds met de handen in de pot te zitten. Dit is extra belangrijk bij open eczeem;
- Smeer de hormoonzalf alleen ruim op/om de plekken waar het eczeem zit. Zijn er over een groot gedeelte van het lichaamsdeel veel kleine plekkjes eczeem, smeer dan het hele lichaamsdeel in;
- Om te weten hoeveel hormoonzalf per lichaamsdeel nodig is, wordt gebruik gemaakt van de vingertoppeenheden (VTE). Dit schema gaat uit van de vingertop van een volwassene (tot het eerste kootje) als maateenheid. De VTE helpt u bij het smeren van de juiste hoeveelheid zalf;
- Let erop dat er tenminste 1 uur zit tussen het smeren van de hormoonzalf en de vette basiszalf omdat de hormoonzalf anders verdund wordt en minder goed werkt;
- De hormoonzalf moet dun aangebracht worden, daarom moet deze goed verdeeld worden. Verdeel de zalf in kleine hoeveelheden op het lichaam en smeer het dan uit;
- Was na het insmeren de handen;

- Houd globaal bij hoeveel zalf u smeert en hoe vaak. U kunt hiervoor een zalf-aftekenlijst gebruiken;
- Noteer wanneer u een nieuwe tube aanbreekt en wanneer deze leeg is (dit geeft een goed inzicht in hoeveel hormoonzalf u nodig heeft om het eczeem weg te houden).

Afbouwen

Na een week ziet u meestal duidelijk verbetering. Aangezien het eczeem meestal snel terugkomt als in 1x gestopt wordt met smeren, wordt aangeraden een afbouwschema te volgen. Wanneer de hormoonzalven goed worden gebruikt, treden er vrijwel geen bijwerkingen op. Wees er dus niet bang voor! Leer goed naar de huid te kijken om te beoordelen welke zalf in welke situatie het beste is.

Voordat u gaat afbouwen moet de huid echt voldoende verbeterd zijn en rustig blijven.

Criteria voor afbouwen zijn:

- de roodheid neemt af
- de huid voelt gladder aan
- de jeuk is verminderd

Inspectie van de huid is altijd het belangrijkste, bouw pas af als de huid rustig is. Stop nooit ineens met het smeren van hormoonzalf!

Afbouw en onderhoudsschema's

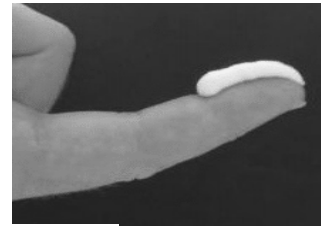
Er zijn verschillende afbouw- en onderhoudsschema's. De arts en eczeemverpleegkundige maken samen met u een behandelplan. De afbouw en onderhoudsschema's zijn hierbij een handleiding.

- Start 1x per dag met de hormoonzalf tot de huid rustig is en de jeuk is verdwenen. Bouw dan pas af;
- Met de basiszalf smeert u *de hele* huid in minimaal 2-3x per dag. Zo kan de huid een gezonde barrière vormen met de buitenwereld en kunt u een deel van het eczeem voorkomen;
- Smeer de hormoonzalf niet tegelijk met de basiszalf maar laat daar altijd 1 uur tussen zitten;
- De kinderarts en verpleegkundige bespreken met u het behandelplan en de verschillende manieren van afbouwen. Het afbouw- en onderhoudsschema ontvangt u tijdens het spreekuur;
- Als het eczeem al na 3-4 dagen verdwenen is, kan versneld afgebouwd worden;
 - Bouw niet verder af als er geen verbetering is of als u merkt dat het eczeem weer terugkomt.
- Soms komt er tijdens het afbouwen een nieuwe verergering van het eczeem. Begin dan weer bij week 1, smeer de eczeemplekken in tot het eczeem rustig is en bouw dan opnieuw af;

- Soms lukt het niet om verder af te bouwen. In dat geval is het dan beter om de plaatsen waar het eczeem snel terugkomt te blijven behandelen met hormoonzalf (een zogenaamde onderhoudsdosis);
- Je kunt ook afbouwen door een lagere klasse te smeren;
- Bij ernstig eczeem kan soms helemaal niet worden gestopt met smeren. Dan wordt een onderhoudsdosis geadviseerd van 2-4x smeren per week (bijvoorbeeld in het weekend).

Vingertopeenheid (VTE)

Om te weten hoeveel medicinale zalf nodig is per lichaamsdeel, is het onderstaande schema gemaakt. Dit schema gaat uit van de vingertop als maateenheid. 1 vingertop eenheid is ongeveer gelijk aan 0,5 gram zalf.



leeftijd	volwassene	kind 6-10 jaar	kind 3-5 jaar	kind 1-2 jaar	kind 3-12 mnd
hoofd en hals	2,5	2	1,5	1,5	1
arm en hand	4	2,5	2	1,5	1
been en voet	8	4,5	3	2	1,5
romp (voorkant)	7	3,5	3	2	1
rug en billen	7	5	3,5	3	1,5
hele lichaam	40,5	24,5	18	13,5	8,5

FTU/VTE = vingertopeenheid (van volwassene)

1 FTU/VTE = ½ gram crème of zalf (uit 5 mm tubedop opening)

Vragen?

Heeft u nog vragen, neemt dan contact op met de eczeemverpleegkundige . U kunt haar bereiken via het secretariaat van de poli kindergeneeskunde . Het telefoonnummer is 0513 – 685 405 of stel uw vraag via Mijntjongerschans.

Grip op uw zorg via Mijntjongerschans

Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op www.mijntjongerschans.nl met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD-app heeft u toegang tot uw medische gegevens. U kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.

DISCLAIMER

Wij adviseren u bij uw bezoek aan de polikliniek en bij opname zo min mogelijk geld, sieraden, dure kleding en andere zaken van (emotionele) waarde mee te nemen naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan of verlies van dergelijke zaken.