



# Door de bomen het bos ... een overzicht van materialen, scholing en tools

Anne-Moon van Tuyll van Serooskerken<sup>1</sup>, Inge Haeck<sup>2</sup>, Loes Schouten<sup>3</sup>

Binnen het NCEP werden veel verschillende materialen, tools en scholing ontwikkeld. Zowel patiënten als betrokken zorgverleners met diverse achtergronden en verschillende dagelijkse praktijken moesten immers 'bediend' worden. In deze wens naar volledigheid schuilt ook het gevaar van praktische

ontoeepasbaarheid. Om te voorkomen dat, door de hoeveelheid aan informatie, patiënten en zorgverleners door de bomen het bos niet meer zien is er een handleiding beschikbaar die aangeeft welke materialen er zijn en waar ze voor ingezet kunnen worden:

Tabel 1: overzicht en indeling [eczeemwijzer.nl](http://eczeemwijzer.nl) (geraadpleegd juli 2025)

Informatie voor (ouders van) patiënten	Tools en nascholing voor zorgprofessionals
<b>1. Algemene informatie over constitutioneel eczeem (CE)</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Alle informatie op twee A4</li><li>• Eczeemgids (in vier talen + één doorbladergids)</li><li>• Eczeemfolder (in vier talen)</li><li>• Animaties over<ul style="list-style-type: none"><li>- De oorzaak van CE</li><li>- voedselallergie en eczeem</li></ul></li><li>• Eczeem in beeld</li></ul>	<b>4. Tools voor in de spreekkamer</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Alle informatie op twee A4</li><li>• Handleiding bij de materialen</li><li>• Uitlegkaarten</li><li>• Zalfformulieren</li><li>• Smeerplannen per leeftijd</li><li>• Smeerkaarten per leeftijd (visueel)</li><li>• Smeerschema's (afbouwschema)</li><li>• Overige schema's</li><li>• Vingertopmaten per leeftijd</li><li>• Substitutieschema</li><li>• QR-codes naar informatie</li><li>• Communicatiekit</li></ul>
<b>2. Informatie over de behandeling van eczeem</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Animaties en video's over<ul style="list-style-type: none"><li>- Basiszalven</li><li>- Medicijnzalven</li><li>- Leefstijladviezen bij eczeem</li></ul></li><li>• Informatie over eczeem bij kinderen</li><li>• Zalfsmeerwijzer app</li><li>• Zalfje de Game</li></ul>	<b>5. Geaccrediteerde nascholing</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• E-learning constitutioneel eczeem</li><li>• E-learning basiszalven</li><li>• E-learning corticosteroïdzalven</li><li>• E-learning casuïstiek</li><li>• Praktische nascholing constitutioneel eczeem voor de eerste lijn (PPT)</li></ul>
<b>3. Omgaan met eczeem</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Patiënten aan het woord</li><li>• Leven met eczeem</li></ul>	<b>6. (Handige) websites</b>

<sup>1</sup> Dermatoloog, afdeling Dermatologie, HagaZiekenhuis en Juliana Kinderziekenhuis, den Haag

<sup>2</sup> Dermatoloog, afdeling Dermatologie, Universitair Medisch Centrum Utrecht en Wilhelmina Kinderziekenhuis, Universiteit Utrecht, Utrecht

<sup>3</sup> Implementatiespecialist verbonden aan het NCEP

## INFORMATIE VOOR (OUDERS VAN) PATIËNTEN

Om (ouders van) patiënten te informeren zijn er verschillende voorlichtingsmaterialen ontwikkeld waarin de volgende onderwerpen worden uitgelegd:

- Wat CE is en welke klachten het geeft.
- Wat de oorzaken van CE zijn.
- Wat de relatie tussen CE en atopie (waaronder voedselallergie) is.
- Wat verwacht kan worden van het beloop van CE.
- Wat de verschillende behandelingen van CE zijn en wanneer en hoe deze toegepast moeten worden.
- Welke leefstijladviezen er bij CE zijn.
- Waar je hulp kan krijgen en waar betrouwbare informatie te vinden is.

Alle materialen zijn, dankzij Pharos Expertisecentrum Gezondheidsverschillen, geschreven op B1- taalniveau en gezamenlijk met alle deelnemende partijen ontwikkeld. Onder andere Thuisarts.nl en Apotheek.nl hebben hun informatie en terminologie aangepast aan de in het NCEP ontwikkelde materialen en verwijzen naar eczeemwijzer.nl. Hierna vindt u het overzicht.

## 1. Algemene informatie over constitutioneel eczeem (CE)

Alle informatie op twee A4 met:

- Een smeerplan (afbeelding 1): een (gepersonaliseerd) behandelplan dat u aan de patiënt kan meegeven met welke zalf waar, wanneer en hoe dik gesmeerd moet worden, welke leefstijladviezen bij CE aangeraden worden en wat de patiënt moet doen ten tijde van opvlammingen of remissies (A4 dubbelzijdig PDF; beschikbaar in kleur en printversie).
- Een A4 (afbeelding 1) met de belangrijkste algemene informatie over CE.

**Eczeemgids** met algemene informatie over CE. Hier vindt de patiënt uitgebreide uitleg (120 pagina's in 4 talen)

**Eczeemfolder** met bovenstaande informatie in beknopte vorm (19 pagina's in 4 talen).

### Animaties

- Animatie over de oorzaken van CE.
- Animatie over de relatie van CE met voedselallergie.

**Eczeem in beeld** met illustraties die uitleg geven over CE.

**Eczeem door erfelijke aanleg**  
(constitueel of aangeboren eczeem)

Bij iemand met eczeem door erfelijke aanleg is de huid anders. Er eczeem gaat vaak en ook vaak met schilfers, buisjes, vlokjes, blaasjes of korstjes. De huid is droog.

**Huid zonder eczeem** vs **Huid met 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.

Ja kunt eczeem door erfelijke aanleg op andere leeftijd krijgen. Het komt heel vaak voor bij jonge kinderen, later met eczeem door erfelijke aanleg heeft ook meer kans op hooikoorts en allergie voor dieren / stoffen / voedselallergie.

Wat is eczeem door erfelijke aanleg wel?

- Het gaat te behouden
- Niet chronisch, het kan langdurig onder behandeling
- Niet versnelend, het kan veel invloed hebben op hoe je je voelt

Wat is eczeem door erfelijke aanleg niet?

- Niet besmettelijk
- Niet geneeslijk
- Niet veroorzaakt door een voedselallergie

De oorzaken van dit eczeem zit er in 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:

- Heel en lang douchen
- Kneden
- Kleden van wol
- Warm of koud water
- Ziek zijn
- Zee, douche-gel, shampoo
- Stress
- Schonemaakmiddelen

**Eczeem door erfelijke aanleg**  
(constitueel of aangeboren eczeem)

**Behandelingen**  
Er zijn veel behandelingen voor eczeem. Overleg met je behandelbaar welke behandeling voor jou het meest geschikt is. Dit hangt onder andere af van de ernst van het eczeem.

**Zalfen**  
Eczeem behandelen je met basiszalf en medicijnzalf (met corticosteroid). Medicijnzalf is veilig om te gebruiken voor volwassenen en voor kinderen. Overweeg meestal de zalf met op de grootste manier gebruiken. Hoe dik moet je op eczeemzalf?, vsmc.nl en thuisarts.nl

**Basiszalf**  
• Corticosteroidvrij of -vrij  
• Lanolinvrij of -vrij  
• Corticosteroidvrij met 1% vaseline  
• Lanolinvrij met 1% vaseline  
• Voeding zalfolie  
• Koestzalf

**Medicijnzalf**  
• Medicijnzalf (met corticosteroid)  
• Andere medicijnzalf

**Pillen of injecties**  
Voorbeelden van pillen of injecties:  
• Cyclosporine en Methotrexat  
• Biologische  
• JAK-remmers

**Andere behandelingen: pillen of injecties**  
Pillen en basiszalf en medicijnzalf met genees? Dan zijn er andere behandelingen. Het is belangrijk dat de behandelingen krijgen. Het hangt af van je leeftijd en hoe ernstig je eczeem is. Bij deze andere behandelingen moet je ook nog steeds smeren met zalf.

**TIPS**

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

**Douchen**  
• Douchen kort, niet langer dan 5 tot 10 minuten.  
• Douchen met water van maximaal 37-38 graden.  
• Gebruik zo weinig mogelijk douche-gel / zeep / shampoo.  
• Gedroogde huid -> lichaamsolie of oliebaal.  
• Smeer basiszalf op je hele lichaam na het douchen.

**Kleding**  
• Draag kleden van katoen, zijde of bamboe.  
• Draag wijde kleden die luchtig zitten.  
• Krijp meeke uit de kleding, want die kunnen irriteren.

**Zwemmen**  
• Douchen kort met lauw water direct na het zwemmen.  
• Smeer altijd met de basiszalf na het douchen.

**Niet kneden**  
• Huid is nogal kort.  
• Klop of knas zeep op de plek met jeuk.  
• Leg iets koud op de plek met jeuk.

Wat je moet weten over eczeem. Kijk dan eens hier! →

Animaties →

Afbeelding 1. Algemene informatie en Eczeem smeerplan.

**ECZEEEM SMEERPLAN**

**1** Smeer iedere dag basiszalf op je hele lichaam Smeer ook basiszalf als je geen eczeemplekken hebt

**BASISZALF**

Mijn basiszalf heet: \_\_\_\_\_

Smeer minstens 1x per dag

Rode huid met jeuk en schilfers → Rustige huid zonder jeuk en schilfers

**2** Heb je rode/donkere plekken op je huid met jeuk en schilfers? Smeer de medicijnzalf op de plekken die je ziet of voelt

**MEDICIJNZALF**

Mijn medicijnzalf voor mijn lichaam heet: \_\_\_\_\_

Mijn medicijnzalf voor mijn gezicht heet: \_\_\_\_\_

Mijn medicijnzalf voor mijn hoofdheer heet: \_\_\_\_\_

Gebruik de vingertop-maat (zie achterkant)

Smeer bij een opvlamming volgens een smeerschema (zie achterkant)

Geen verbetering

**3** Is er geen verbetering na 7 dagen? Neem dan contact op met je behandelbaar

**VINGERTOP-MAAT**

• 1 Vingertop = 1 stuk eczeem zo groot als 2 handen naast elkaar

• 1 halve vingertop = 1 stuk eczeem zo groot als 1 hand

**SMEERSHEMA**

**JEUK/ECZEEEM MINDER?**  
Ja → ga door naar de volgende week  
Nee → 30' lang smeren in eczeem week

**Tips**

**DOUCHEN**  
• Douchen kort, niet langer dan 5 tot 10 minuten.  
• Douchen met water van maximaal 37-38 graden.  
• Gebruik zo weinig mogelijk douche-gel / zeep / shampoo.  
• Gebruik douche- of lichaamsolie op oliebaal.  
• Smeer basiszalf op je hele lichaam na het douchen.

**KLEDING**  
• Draag kleden van katoen, zijde of bamboe.  
• Draag wijde kleden die luchtig zitten.  
• Krijp meeke uit de kleding, want die kunnen irriteren.

**ZWEMMEN**  
• Douchen kort met lauw water direct na het zwemmen.  
• Smeer altijd met de basiszalf na het douchen.

**KRABBIJEN**  
• Huid is nogal kort.  
• Klop of knas zeep op de plek met jeuk.  
• Leg iets koud op de plek met jeuk.

**WATER**  
• Smeer vaker met basiszalf.  
• Zet de verwarming niet hoger dan 19 graden.  
• Spel je zweet weg onder de douche en smeer daarna meteen met basiszalf.

www.vsmc.nl - www.thuisarts.nl - www.eczeemwijzer.nl - www.apotheek.nl

## 2. Informatie over de behandeling van eczeem

Voor uitleg en praktische adviezen m.b.t. de behandeling van eczeem zijn de volgende materialen ontwikkeld.

### Animaties en video's

- Informatie over basiszalven: animatie en video
- Informatie over corticosteroidzalven: animatie en video
- Leefstijladviezen bij CE: animatie en video

**Informatie over eczeem bij kinderen** met extra informatie en tips over CE bij kinderen.

**Zalfsmeerwijzer** met deze app krijgen patiënten uitleg over de behandeling met zalven. De Zalfsmeerwijzer is te downloaden in de Google Play Store en de Apple App Store.

**Zalfje de game** met deze game krijgen kinderen (6-11 jaar) spelenderwijs uitleg over CE en de behandeling van eczeem. De Game is te downloaden in de Google Play Store en de Apple App Store.

Alle materialen vindt u ook via de QR-codes op de hierna getoonde QR-code kaart.

## 3. Omgaan met eczeem

Eczeem kan een grote invloed hebben op het dagelijks leven. Daarom zijn ervaringsverhalen toegevoegd: 'Patiënten aan het woord' en 'Leven met eczeem' met ervaringen van mensen die weten hoe het is om met eczeem te leven.

## TOOLS EN NASCHOLING VOOR ZORGPROFESSIONALS

Om zorgverleners (in alle lijnen) te ondersteunen in de eenduidige uitleg aan hun patiënten zijn tools ontwikkeld. Hieronder volgt een overzicht van deze hulpmiddelen. Ze zijn digitaal beschikbaar, maar sommige zijn ook goed bruikbaar om als hand-outs mee te geven aan patiënten.

### 4. Tools voor in de spreekkamer

**Alle informatie op twee A4** (zie onder punt 1).

Met deze documenten kunt u morgen al aan de slag in uw dagelijkse praktijk. Ze bevatten praktische informatie die u (gepersonaliseerd) kan meegeven aan uw patiënt ter ondersteuning van diens zelfmanagement.

Daarnaast kunt u, indien gewenst, de volgende tekst onder de brieven aan de huisarts van eczeem patiënten zetten:

- Patiënt is geïnformeerd aan de hand van [www.eczeemwijzer.nl](http://www.eczeemwijzer.nl).

Op deze site is betrouwbare en eenduidige informatie over constitutioneel eczeem beschikbaar voor zowel zorgverleners als patiënten, waaronder animatievideo's, voorlichtingsfolders en praktische spreekkamertools.

- Patiënt is geïnformeerd aan de hand van [www.eczeemwijzer.nl](http://www.eczeemwijzer.nl).

De informatie op deze site biedt betrouwbare en eenduidige informatie over constitutioneel eczeem voor zowel zorgverleners als patiënten. Ontwikkeld door VMCE, NVDV, KNMP, NVK, V&VN, NVH, NAPA, AJN, Optima Farma, JongPit, Pharos, Huidfonds en Thuisarts.nl en Apotheek.nl.

**Handleiding:** handleiding bij alle materialen en daarnaast instructie video's hoe eczeemverpleegkundigen de materialen gebruiken en welke informatie ze geven.

**Uitlegkaarten:** hulpmiddelen bij de uitleg over CE aan (ouders van) patiënten.

**Zalfformulier:** hier kunt u op papier aangeven welke zalf, wanneer en waar gesmeerd wordt (A4 dubbelzijdig; beschikbaar in Word en Pdf en met dropboxen online).

**Smeerplannen per leeftijd:** hiermee kunt u (gepersonaliseerd) een behandelplan aan de patiënt meegeven (A4 dubbelzijdig PDF; beschikbaar in kleur en printversie).

**Smeerkart per leeftijd:** hierop kunt u visueel aangeven welke zalf waar op het lichaam gesmeerd moet worden (A4 enkelzijdig pdf).

**Smeerschema's:** hier kunt u meegeven welk afbouwschema u adviseert bij het gebruik van corticosteroidzalven en hoe deze schema's werken (A4 enkelzijdig pdf).















**Overige schema's:** dit zijn afbouwschema's voor het gecombineerde gebruik van basiszalven en topicale calcineurineremmers. Tevens vindt u hier schema's die u zelf (digitaal) kunt invullen en personaliseren (A4 enkelzijdig pdf).

**Vingertopmaten per leeftijd:** hier kunt u visuele uitleg meegeven over hoe dik de medicijnzalf gesmeerd moet worden (A4 enkelzijdig pdf).

**Substitutieschema:** mochten zalven niet beschikbaar zijn, dan kan gebruik gemaakt worden van het substitutieschema van de KNMP en de NVDV.

**QR codes naar informatie:** dit formulier (afbeelding 2) en dit visitekaartje (afbeelding 4) kunt u gebruiken om patiënten een QR code te laten scannen naar verschillende informatiematerialen.

**Communicatiekit:** Hier vindt u posters en flyers om de materialen, tools en scholing onder de aandacht te brengen bij uw achterban, netwerk, geïnteresseerde vakgenoten of andere belangstellenden.

 <b>ECZEEMWIJZER</b>  <a href="http://eczeemwijzer.nl">eczeemwijzer.nl</a>	 <b>ZALFJE DE GAME</b>   Apple App Store    Google Play	 <b>ZALFSMEERWIJZER</b>   Apple App Store    Google Play		
 <b>ANIMATIES</b>				
 Erfelijke aanleg	 Voedselallergie	 Basiszalven	 Medicijnzalven	 Leefstijl adviezen

Afbeelding 2. Kaart met QR-codes naar informatie.

## NASCHOLING

### 5. Geaccrediteerde nascholing

- Er zijn vier (ook voor dermatologen) geaccrediteerde online scholingen (e-learnings) beschikbaar (afbeelding 3). Op dit moment zijn de eerste 3 voor 5 punten geaccrediteerd.
- Daarnaast is een praktische geaccrediteerde PowerPoint CE voor de eerste lijn beschikbaar. Dermatologen kunnen een verzoek indienen om deze PowerPoint te ontvangen om in de eigen regio nascholing te verzorgen.

 <p><b>Schrijf je in voor onze E-learnings eczeem!</b></p> <p>Ben jij betrokken bij de behandeling van patiënten met constitutioneel eczeem (CE)? Volg onze e-learnings:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• E-learning constitutioneel eczeem</li> <li>• E-learning basiszalven</li> <li>• E-learning corticosteroidzalven</li> <li>• E-learning casuïstiek</li> </ul> <p>Voor de e-learnings is accreditatie beschikbaar.</p> <p><b>Inschrijving</b> Meld je aan via <a href="http://www.eczeemwijzer.nl">www.eczeemwijzer.nl</a></p> <p>Ben je medisch specialist en heb je al een account in de Digitale Leeromgeving (DLO)? Volg de e-learning dan via je eigen DLO-account.</p> <p> Nationaal Constitutioneel Eczeem Project</p> <p><a href="http://www.eczeemwijzer.nl">www.eczeemwijzer.nl</a></p>	 <p><b>Door wie worden deze e-learnings aangeboden?</b></p> <p>De e-learnings zijn ontwikkeld binnen het Nationaal Constitutioneel Eczeem Project (NCEP). Het doel van het NCEP is om de zorg voor mensen met CE te verbeteren door zorgprofessionals te ondersteunen met eenduidige informatie. De e-learnings zijn onafhankelijk tot stand gekomen zonder invloed van (commerciële) belangen van externe partijen.</p> <p>Er is een breed scala aan (gratis) materialen ontwikkeld die zorgprofessionals bij de behandeling kunnen gebruiken en die zij kunnen inzetten om patiënten te informeren. Alle materialen zijn te vinden op <a href="http://www.eczeemwijzer.nl">www.eczeemwijzer.nl</a>.</p> <p>In het NCEP werken de volgende partijen samen:</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">     </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center; margin-top: 5px;">     </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center; margin-top: 5px;">      </div> <p><a href="http://www.eczeemwijzer.nl">www.eczeemwijzer.nl</a></p>
---	--

Afbeelding 3. Flyer E-learnings

## OVERZICHTSDOCUMENTEN

### 6. Handige websites

Tot slot vindt u op eczeemwijzer nog een aantal links naar andere handige websites en artikelen.

*De informatie op Eczeemwijzer.nl is gelicenseerd onder Creative Commons 4.0 (CC BY-NC-ND 4.0). Dit betekent dat u het materiaal vrij mag delen, mits u de bron NCEP vermeldt, het niet voor commerciële doeleinden gebruikt en geen bewerkte versies verspreidt.*



**ECZEEMWIJZER.NL**  
Informatie over eczeem door erfelijke aanleg



**ANIMATIE  
FILMPJES**

Basiszalven      Medicijnzalven



Leefstijladviezen      Erfelijke aanleg      Voedselallergie

Afbeelding 4: visitekaartje (voor- en achterzijde).