

Zalfkaart dermatologie

X = smeren met medicijnzalf = corticosteroïd (ook wel hormoon) zalf

Basiszalf mag zo vaak als u wilt. U moet minimaal één uur wachten tussen het aanbrengen van de medicijnzalf en de basiszalf.

Voorbeelden van basiszalf zijn vaseline cetomacrogol crème, koelzalf en vaseline/paraffine. Deze mag u meerdere keren per dag gebruiken.

Naam medicijnzalf

.....

Naam basiszalf

	Start met 1 keer per dag voor de nacht gedurende 1-4 weken, bij verbetering afbouwen volgens schema evt 1-3x/per week als onderhoud te gebruiken						
VOORBEELD	wk.1	wk.2	wk.3	wk.4	wk.5	wk.6	wk.7
Maandag	x	x					
Dinsdag	x	x					
Woensdag	x	x	x				
Donderdag	x	x	x	x			
Vrijdag	x	x	x	x	x		
Zaterdag	x	x	x	x	x	x	
Zondag	x	x	x	x	x	x	x

Als afbouwen niet lukt:

Bij een opvlamming of als uw huid slechter wordt, bouwt u niet verder af. U begint dan weer bij het begin van het schema (week 1) en gebruikt de zalf maximaal 4 weken elke dag. U kunt ook 1 tot 3 keer per week smeren om te voorkomen dat de klachten terugkomen.

Bij goede verbetering:

Als uw huid goed verbetert, kunt u ervoor kiezen om sneller af te bouwen. U kunt dan om de 2 dagen smeren.

Gebruikt u Tacrolimus zalf (Protopic) of Pimecrolimus crème (Elidel)? Dit is een medicijnzalf zonder hormonen. U kunt deze zalf veilig langer gebruiken. Toch is het goed om af te bouwen als het beter gaat, bijvoorbeeld om de dag of 1-3 keer per week als onderhoud.

Bij vragen of onduidelijkheden kunt u contact opnemen met de poli dermatologie.

Doseren volgens FTU

Hoeveel FTU smeert u?

Een FTU is een hoeveelheid zalf die even lang is als een vingertop. Voor een lichaamsdeel heeft u één of meer FTU's nodig. Met het FTU-schema kunt u dit makkelijk berekenen. Een FTU is genoeg om de huid een dun glimmend laagje te geven.



					
	volwassene	kind 6-10 jaar	kind 3-5 jaar	kind 1-2 jaar	kind 3-12 mnd
aantal FTU					
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



Scan deze QR-code van de 'Zalf Smeerwijzer' app om te weten hoe je het beste smeert.



Corticosteroid zalven voor de huid.

Afbeeldingen: met toestemming Biopharma en NVDV