

# Eczeem door erfelijke aanleg

(constitutioneel eczeem of atopisch eczeem)

## SMEERSHEMA VOOR MEDICIJNZALF

### Afbouwen door om de dag te gaan smeren



De lichaamsdelen waar ik smeer zijn:

Mijn medicijnzalven heten:

Jeuk/eczeem minder

Ja → Ga door naar de volgende week

Nee → Blijf nog smeren in dezelfde week

Schrijf hiernaast op welke dag je begint →	... dag	... dag	... dag	... dag	... dag	... dag	... dag
Week 1							
Week 2							
Week 3							
Week 4							
Week 5							
Week 6							

### Let op

Basiszalf blijf je iedere dag smeren, ook als alle klachten weg zijn.

Meng de medicijnzalf niet met de basiszalf.

Er zijn 3 opties om de zalven niet te mengen:

- Eerst medicijnzalf en 30-60 min later basiszalf.
- Medicijnzalf op het eczeem, basiszalf om het eczeem.
- Medicijnzalf en basiszalf op een ander moment van de dag.