HUIDOPLEIDING · ONLINE CURSUS

Cursus crèmes en hormooncrèmes

In de huid-, haar- en nagelzorg

± 2 uur, eigen tempo **€ 39,95, vrijgesteld van btw** **ProCERT · SKIN · footcare.**

HERKENNING IN DE PRAKTIJK

Een cliënt vraagt of ze het juiste product gebruikt, of ze genoeg smeert en of haar hormooncrème wel veilig is. Jij ziet dat de huid niet reageert zoals je verwacht, of dat er bijwerkingen ontstaan.

Wat je leert

- De werking van crèmes, zalven en hormooncrèmes
- Basiskennis huidbarrière en hydratatie
- De juiste producten kiezen op basis van huid en situatie
- Wanneer je signaleert en doorverwijst

Voor wie

Voor zorgprofessionals die werken met de huid en vragen krijgen over smeren, crèmes en hormooncrèmes.

De cursus in twee lessen

1 **De huid, crèmes en zalven**
De barrièrefunctie van de huid, hoe de huid vocht verliest en de invloed van crèmes en zalven.

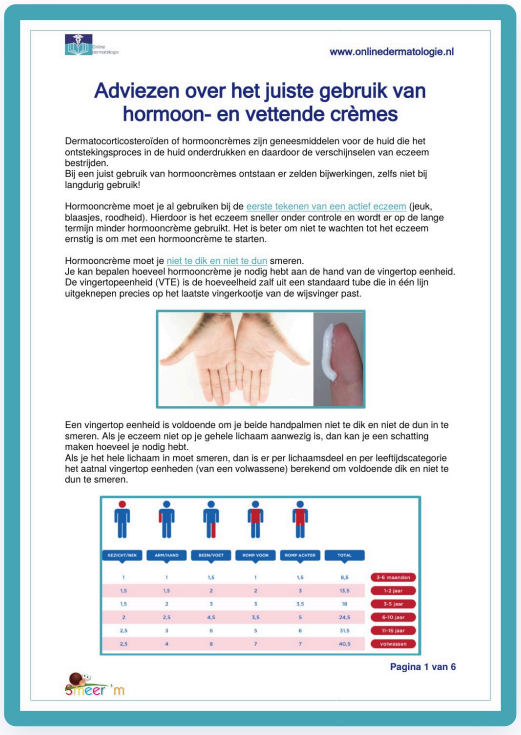
2 **Hormooncrèmes**
Hoe dermatocorticosteroïden werken en wat de sterkteklassen betekenen.

3 **Toets en certificaat**
Je sluit af met een toets en vraagt daarna je certificaat en punten aan.

Wat je krijgt

- 2 uitgebreide videolessen, samen ongeveer 2 uur
- Het Derm@te-Logische zakboekkaartje hormooncrèmes
- 365 dagen toegang, toets en certificaat
- Het Derm@te-Logische zakboekkaartje crèmes
- De hand-outs crèmes en zalven, en hormooncrèmes
- De Smeerwijzer-app en HuidGids AI

Smeren in beeld


www.onlinedermatologie.nl

Adviezen over het juiste gebruik van hormoon- en vettende crèmes

Dermatocorticosteroïden of hormooncrèmes zijn geneesmiddelen voor de huid die het ontstekingsproces in de huid onderdrukken en daardoor de verschijnselen van eczeem bestrijden.
Bij een juist gebruik van hormooncrèmes ontstaan er zelden bijwerkingen, zelfs niet bij langdurig gebruik!

Hormooncrème moet je al gebruiken bij de eerste tekenen van een actief eczeem (jeuk, blaasjes, roodheid). Hierdoor is het eczeem sneller onder controle en wordt er op de lange termijn minder hormooncrème gebruikt. Het is beter om niet te wachten tot het eczeem ernstig is om met een hormooncrème te starten.

Hormooncrème moet je niet te dik en niet te dun smeren.
Je kan bepalen hoeveel hormooncrème je nodig hebt aan de hand van de vingertop eenheid. De vingertopeenheid (VTE) is de hoeveelheid zalf uit een standaard tube die in één lijn uitgeknepen precies op het laatste vingerkootje van de wijsvinger past.

Een vingertop eenheid is voldoende om je beide handpalmen niet te dik en niet de dun in te smeren. Als je eczeem niet op je gehele lichaam aanwezig is, dan kan je een schatting maken hoeveel je nodig hebt.
Als je het hele lichaam in moet smeren, dan is er per lichaamsdeel en per leeftijdscategorie het aatnal vingertop eenheden (van een volwassene) berekend om voldoende dik en niet te dun te smeren.

GEZICHT/NEK	ARM/HAND	BEEN/VOET	ROMP VOOR	ROMP ACHTER	TOTAL	
1	1	1,5	1	1,5	6,5	1-6 maanden
1,5	1,5	2	2	3	13,5	1-2 jaar
1,5	2	3	3	3,5	18	3-5 jaar
2	2,5	4,5	3,5	5	24,5	6-10 jaar
2,5	3	6	5	6	31,5	11-15 jaar
2,5	4	8	7	7	40,5	volwassen

Pagina 1 van 6

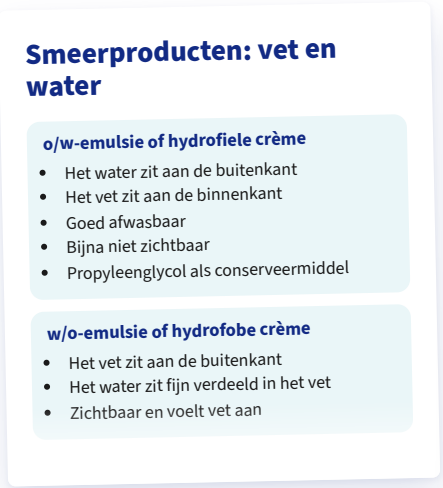
Smeerinstructies hormoon- en vettende crèmes
Met de vingertopeenheid per lichaamsdeel



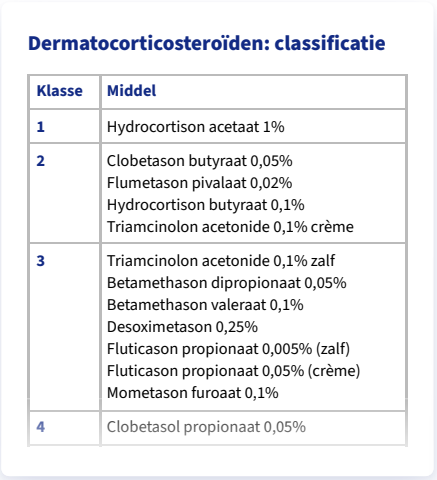
De vijf dieren van Smeer'm
Vijf smeerregels, elk dier staat voor één regel

Een kijkje in het lesmateriaal

Je krijgt het lesmateriaal om te downloaden en te printen. Hieronder drie onderdelen daaruit, zoals ze in de leeromgeving staan.



Vet en water
Het verschil tussen o/w en w/o



Dermatocorticosteroïden: classificatie

Klasse	Middel
1	Hydrocortison acetaat 1%
2	Clobetason butyraat 0,05% Flumetason pivalaat 0,02% Hydrocortison butyraat 0,1% Triamcinolon acetonide 0,1% crème
3	Triamcinolon acetonide 0,1% zalf Betamethason dipropionaat 0,05% Betamethason valeraat 0,1% Desoximetason 0,25% Fluticason propionaat 0,005% (zalf) Fluticason propionaat 0,05% (crème) Mometason furoaat 0,1%
4	Clobetasol propionaat 0,05%

Indeling in klassen
Uit het zakboekkaartje hormooncrèmes



Smeerhoeveelheden VTE

VTE: de crème die op het laatste vingerkootje past

Leeftijd	3-12 md	1-2 jaar	3-5 jaar	6-10 jaar	Volw.
Hoofd-hals	1	1,5	1,5	2	2,5
Arm-hand	1	1,5	2	2,5	4
Romp	1	2	3	3,5	7
Rug-billen	1,5	3	3,5	5	7
Been-voet	1,5	2	3	4,5	8
Totaal VTE	8,5	13,5	18	24,5	40,5
Totaal gr	30	50	65	85	140

Hoeveel smeer je?
Vingertopeenheden per lichaamsdeel en leeftijd

Ervaringen van deelnemers

> *Ik werk ook als verzorgende en toevallig merkte ik op dat een cliënt uitslag kreeg door te veel en te vaak hormoonzalf te krijgen. Anders had ik dit niet geweten.*
>
> **Jojanneke Blom**, medisch oncologisch pedicure en verzorgende IG

> *Goed duidelijke taal, informatief e learning, en fijn geholpen toen ik iets fout inleverde. Het is altijd een plezier om bij Annemie te leren.*
>
> **Sallie Fortgens**, Google-review

Over de docent

Ik ben Annemie Galimont, dermatoloog sinds 2007, richtlijnschrijver en docent. Naast mijn werk in de kliniek heb ik Huidopleiding, De Dermanaut en HuidGave opgericht. Mijn scholingen zijn gebaseerd op de laatste richtlijnen en vrij van sponsoring. In 2023 kreeg ik de WCS Award voor kennisdeling in de huidzorg en in 2025 werd ik Zorgstem van het Jaar.

Ik promoveerde op angiogenese en wondgenezing (TNO/LUMC) en werkte mee aan richtlijnen, zorgmodules en standpunten voor de huidzorg. Ik publiceer wetenschappelijk en in vakbladen, en spreek op congressen van onder andere ProVoet, EADV, MASCC en NVvP.

Van richtlijn
naar praktijk, door een praktiserend dermatoloog

Klinisch
redeneren met herkenbare casussen

Productvrij
geen sponsoring en geen merken

CRKBO
geregistreerde opleidingsinstelling

Praktische informatie

Start direct na je bestelling

Online, 2 lessen, eigen tempo

± 2 uur

365 dagen toegang

Toets: geslaagd vanaf 60 procent, drie pogingen

Accreditatie

ProCERT (ID 682801): t/m 31-12-2026 2 punten Omgevingsbewust handelen. Vanaf 1-1-2027 2 punten Basiscompetenties

SKIN (ID 658390): 2 punten Vakinhoud en professionalisering

footcare.: 2 uur

Op zoek naar een ander onderwerp of twijfel je welke scholing past? De Scholingskiezer helpt je op weg.
nascholingkeuze.netlify.app

Start de cursus

€ 39,95, vrijgesteld van btw · direct toegang

huidopleiding.nl/cremes-en-hormooncremes

Huidopleiding
olivier@huidopleiding.nl