Allergie bij eczeem

Huisstofmijt, huisdieren en pollen: wat helpt en wat niet

Het doel van deze folder

Deze folder is voor mensen met constitutioneel eczeem, ook wel atopisch eczeem genoemd, en voor ouders van kinderen met eczeem. Je leest wat een allergie voor huisstofmijt, dieren of pollen met eczeem te maken heeft, wanneer allergieonderzoek zinvol is en welke maatregelen wel en niet helpen.



Eczeem en allergie

Veel mensen met eczeem zijn gevoelig voor huisstofmijt of pollen. Dat is te zien in een bloedtest of een huidpriktest. Gevoelig zijn betekent niet dat die stof het eczeem ook erger maakt. Eczeem gaat vanzelf op en neer. Daardoor lijkt het soms alsof iets van buitenaf de oorzaak is.

Huisstofmijt

Hoezen om matras, kussen en dekbed verlagen de hoeveelheid mijtallergeen in het bed. In onderzoek werd het eczeem daardoor niet duidelijk beter. De richtlijn raadt hoezen daarom niet aan voor iedereen met eczeem die gevoelig is voor huisstofmijt.

Bij één persoon met een sterke allergie voor huisstofmijt kunnen hoezen soms toch helpen. Bespreek dat met je arts. Prikken tegen huisstofmijtallergie (immunotherapie) wordt voor eczeem niet aangeraden. Het effect is klein, en alleen gezien bij ernstig eczeem na meer dan een jaar.

Pollen

Bij sommige mensen wordt het eczeem in de zomer erger, vooral op dagen met veel graspollen. Houd in je dagboek bij of dat bij jou zo is. Prikken tegen berkenpollen is voor eczeem nog niet genoeg onderzocht en wordt daarom niet aangeraden.

Huisdieren

Ook huidschilfers van dieren kunnen een allergie geven. Krijg je direct na contact met een dier bulten, jeuk, niezen of tranende ogen? Bespreek het met je arts. Doe geen huisdier weg en pas je huis niet ingrijpend aan zonder overleg.

Wanneer is allergieonderzoek zinvol?



Allergieonderzoek is alleen zinvol als er aanwijzingen zijn voor een snelle allergische reactie. Anders helpt het meestal niet. Een dieet of het aanpassen van je huis kost dan veel tijd en geld, terwijl het eczeem er waarschijnlijk weinig door verandert. Heb je ook astma, hooikoorts of een voedselallergie, dan kan onderzoek wel zinvol zijn.

Andere soorten allergie

- Een allergie voor stoffen die de huid raken, zoals nikkel of parfum, wordt onderzocht met de plakproef. Zie de folder Onderzoek naar contactallergie.
- Over voeding lees je meer in de folder Eczeem en voedselallergie.

Wat wel helpt

De beste bescherming is een goede behandeling: elke dag vettende crème, en op tijd de ontstekingsremmende zalf als het eczeem opspeelt. Zie de folder Mijn eczeem-actieplan.

Neem contact op met je arts bij:

- bulten, zwelling, niezen of tranende ogen kort na contact met een dier, stof of voeding
- eczeem dat steeds erger wordt in een bepaald seizoen
- twijfel over hoezen, een dieet of andere maatregelen

Direct hulp:

- benauwdheid, zwelling van lippen of tong, of flauwvallen na contact met een stof of voeding: bel 112

Er is alles aan gedaan om ervoor te zorgen dat de informatie in deze folder juist is. Toch is niet elke behandeling geschikt of werkzaam voor iedereen. Je eigen arts kan je uitgebreider adviseren.

Samengesteld door dr. Annemie Galimont, dermatoloog, naar de NVDV-richtlijn Constitutioneel eczeem, modules Inhalatieallergenen, Allergologische diagnostiek en Niet-allergische factoren. Uitgave: onlinedermatologie.nl, oktober 2026.