Allergie voor een crème

Irritatie of allergie, de plakproef en het etiket lezen

> **Het doel van deze folder**
> Soms is een crème zelf de oorzaak van een huidprobleem. In deze folder lees je hoe je dat herkent, hoe het onderzocht wordt en hoe je een etiket leest.

Irritatie of allergie

Bij **irritatie** raakt de beschermlaag beschadigd. Iedereen kan dat krijgen. Het brandt meer dan het jeukt en het komt snel na het smeren.

Bij een **allergie** reageert je afweer op een stof. Het jeukt, het komt meestal 1 tot 3 dagen na het smeren en het kan ook buiten de plek komen waar je smeerde.

Bekende veroorzakers

- geurstoffen (parfum), ook uit planten
- conserveermiddelen
- wolvet (lanoline)
- propolis, bijenwas en kruiden zoals kamille, calendula en arnica
- soms de hormooncrème zelf, of een stof in de basis

Natuurlijk is niet hetzelfde als veilig. Veel bekende allergenen komen uit planten. Vaseline en paraffine geven bijna nooit een allergie.

De plakproef

Een allergie wordt onderzocht met een plakproef bij de dermatoloog. Pleisters met stoffen gaan op je rug en worden na een paar dagen bekeken. Een bloedtest laat een contactallergie niet zien. Neem al je crèmes en verzorgingsproducten mee naar de afspraak.

Het etiket lezen

- De voorkant van de verpakking is reclame. De achterkant is de wet.
- De ingrediënten staan van veel naar weinig. Conserveermiddelen en geurstoffen staan vaak achteraan.
- Hypoallergeen en dermatologisch getest zijn geen garantie.
- Het open potje met een getal (bijvoorbeeld 12M) zegt hoeveel maanden het product na openen goed blijft.

Hulp bij het kiezen

Met de gratis app **Eczeem Keuzehulp** (huidopleiding.app/eczeem-keuzehulp) zoek je een verzorgende crème zonder de stoffen waar je allergisch voor bent. De app hoort bij het e-book Eczemaceuticals ontcijferd. Daarin staan per allergeen alle namen die je op een etiket kunt tegenkomen.

Neem contact op met je huisarts bij:

- een huid die na 2 tot 3 weken goed smeren niet duidelijk beter is
- een huid die erger wordt waar je smeert, of jeuk en roodheid precies op die plek
- gele korstjes, pus of natte plekken
- een dunne, glanzende huid, zichtbare bloedvaatjes, rekstrepen of rode puistjes in het gezicht
- twijfel over je crème bij zwangerschap, borstvoeding of een kind

Ben je onder behandeling bij een dermatoloog, neem dan contact op met de polikliniek dermatologie.

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-Collen, dermatoloog, naar haar gratis e-books Crèmes en zalven en Hormooncrèmes, het e-book Crèmes en hormooncrèmes ontcijferd en de e-learning Crèmes en hormooncrèmes (Huidopleiding, 2026), en naar de NVDV-Leidraad Dermatocorticosteroïden (2019), het substitutieschema corticosteroïden cutaan (KNMP en NVDV, 2021) en Thuisarts. Uitgave: onlinedermatologie.nl, november 2026.