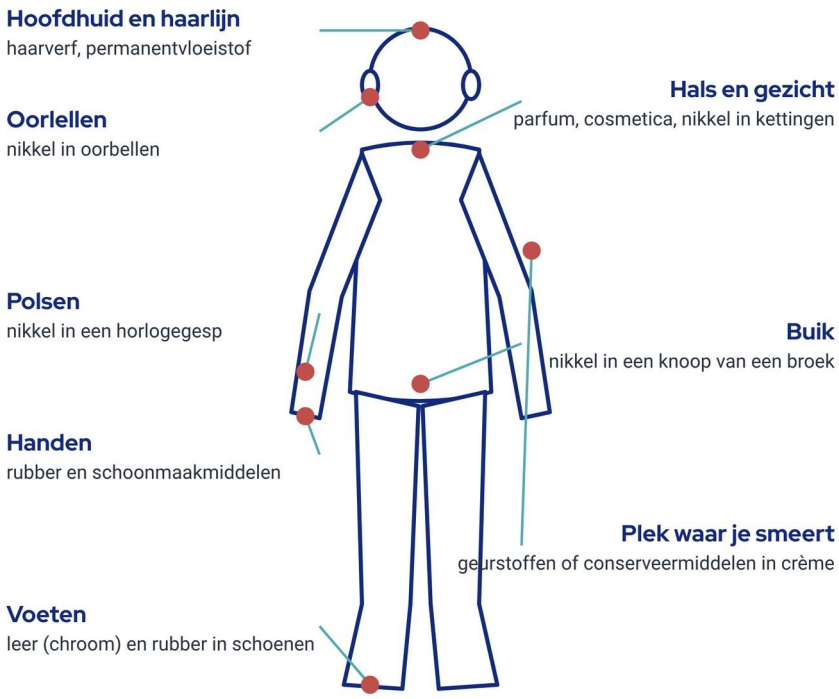
Contactallergisch eczeem

Eczeem door een stof die je huid raakt

Het doel van deze folder

Deze folder is voor mensen bij wie de arts denkt aan contactallergisch eczeem, of bij wie een plakproef een contactallergie heeft aangetoond. Je leest hoe het ontstaat, waar het vaak zit, welke stoffen het vaakst de oorzaak zijn en hoe je ze vermijdt.



Wat is contactallergisch eczeem?

Bij contactallergisch eczeem reageert het afweersysteem op een stof die de huid raakt. Het lichaam bouwt die allergie langzaam op, soms na een paar weken en soms pas na jaren contact. Daarna ontstaat bij elk nieuw contact eczeem: een rode huid met bultjes, blaasjes en schilfers, soms nattend, met jeuk. Dat gebeurt meestal 1 tot 3 dagen na het contact. Een contactallergie blijft vaak het hele leven bestaan.

Het meest kenmerkend is de plek. Het eczeem zit precies daar waar de stof de huid raakte. Het grootste deel van het eczeem komt niet door een allergie. Constitutioneel eczeem en eczeem door irritatie komen veel vaker voor.

Stoffen die het vaakst een allergie geven

- Metalen zoals nikkel, chroom en kobalt, in goedkope sieraden, knopen, gespen, leer en cement.
- Geurstoffen in parfum, cosmetica en verzorgingsproducten.
- Conserveermiddelen in cosmetica, crèmes en schoonmaakmiddelen.
- Stoffen in rubber, bijvoorbeeld in handschoenen en schoenen.
- Lijmen.
- Medicijnen in crèmes en zalven.
- Planten en bloemen, zoals chrysant en alstroemeria.
- Haarverf en permanentvloeistof.

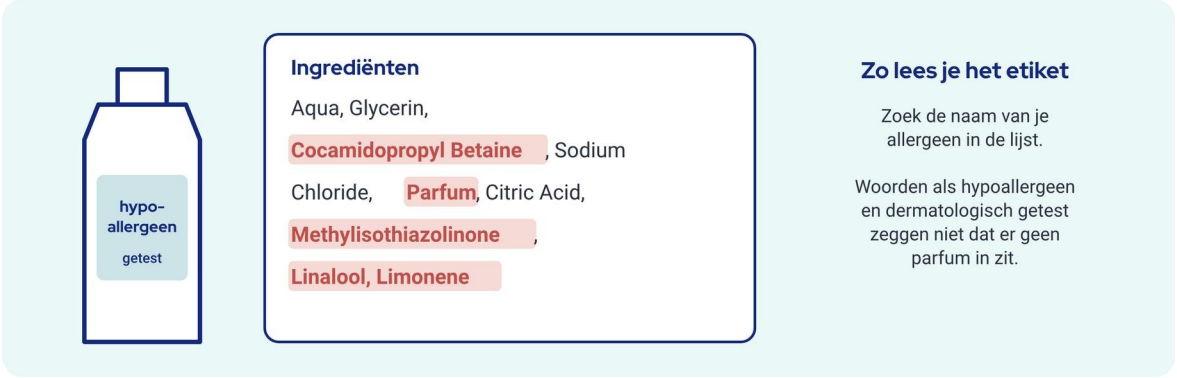
Werk

In sommige beroepen is de kans op contacteczeem groter: kappers, schoonmakers, mensen die in de zorg werken, metaalbewerkers en mensen die met voedsel werken. Denk je dat je werk de oorzaak is? Bespreek het met je arts en met de bedrijfsarts. Meer lees je in de folder Eczeem op school en op het werk.

Hoe stelt de arts het vast?

De arts kijkt naar de plek en vraagt wanneer het eczeem begon en waarmee je in contact komt. Met een plakproef worden de stoffen getest. Producten die op de huid blijven, kun je thuis testen met de ROAT. Beide staan uitgelegd in de folder Onderzoek naar contactallergie.

Etiketten lezen



De belangrijkste behandeling is de stof voortaan vermijden. Op cosmetica en verzorgingsproducten staat welke ingrediënten erin zitten. Zoek daarin de naam van je allergeen. Na de plakproef krijg je een lijst met de namen waaronder de stof op een etiket kan staan.

- Woorden als hypoallergeen, dermatologisch getest, pH-neutraal, huidvriendelijk of natuurzuiver zeggen niets over de stof waarvoor je allergisch bent.
- Ben je allergisch voor geurstoffen? Kies producten waarop staat dat ze vrij zijn van parfum.
- Een voorbeeld: bij een allergie voor cocamidopropylbetaïne, een stof in veel shampoos en zepen, kies je producten waarin die naam niet in de lijst staat.
- Fabrikanten veranderen soms de samenstelling. Kijk daarom bij elke aankoop opnieuw op het etiket.

Als het eczeem niet weggaat

Blijven de klachten, ook als je de stof vermijdt? Dan behandelt de arts het eczeem met een ontstekingsremmende zalf, zoals hormooncrème. Bij goed gebruik is dat veilig. Laat ook nagaan of er nog een andere stof in het spel is.

Neem contact op met je arts bij:

- eczeem dat steeds terugkomt op dezelfde plek
- eczeem dat erger wordt na een nieuw product of door je werk
- vragen over producten zonder de stof waarvoor je allergisch bent

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 het eigen blog Contactallergisch eczeem, de folders Onderzoek naar contactallergie, Andere soorten eczeem en Handeczeem, en de NVDV-richtlijn Handeczeem (2020). Uitgave: onlinedermatologie.nl, oktober 2026.