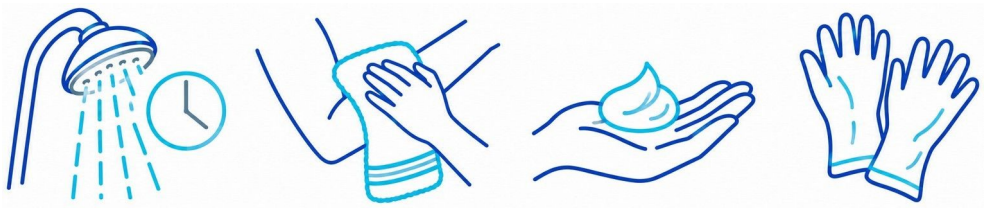
Droge huid bij behandelingen tegen kanker

Xerosis: wat je ziet, wat je zelf kunt doen en wanneer je contact opneemt

Het doel van deze folder

Deze folder gaat over de droge huid (xerosis) die tijdens de behandeling tegen kanker kan ontstaan. Je leest hoe een droge huid eruitziet, waardoor zij ontstaat en wat je eraan kunt doen.



Hoe ziet een droge huid eruit en wat merk je?

De huid is droog, schilferig, ruw en wat dof, en minder elastisch. De huid kan grover worden en rimpelen. Bij een ernstig droge huid ontstaan ontsteking en kloven. Jeuk en een trekkerig gevoel komen vaak voor, soms ook een branderig gevoel of pijn. De onderbenen, onderarmen en handen zijn het vaakst aangedaan.

Neem contact op met je arts of verpleegkundige bij:

- kloven die pijn doen of bloeden
- een rode, ontstoken huid
- jeuk die ondanks smeren aanhoudt
- tekenen van infectie

Douchen en baden

- Douche hooguit één keer per dag en niet langer dan vijf minuten; een bad niet langer dan een kwartier.
- Gebruik lauw water, niet heet en niet koud.
- Gebruik een mild, zeepvrij reinigingsmiddel zonder parfum, met een pH rond 5,5, of een doucheolie.
- Spoel het product goed af.
- Dep de huid droog met een zachte handdoek; wrijf niet.

Smeren

- Smeer de huid dagelijks in met een basiszalf of crème. Bestanddelen als ureum, ceramiden en glycerol helpen de huid vocht vast te houden.
- Smeer binnen enkele minuten na het douchen.
- Laat het middel vijf minuten intrekken voordat je je aankleedt.
- Vergeet de lippen, handen en voeten niet. Voor handen en voeten is een crème met 5 tot 10% ureum geschikt.
- Vraag je arts of verpleegkundige welk middel bij je huid past: een crème of een vettere zalf.

Kleding

- Vermijd strakke kleding, synthetische stoffen en wol.
- Draag ruim vallende kleding van katoen of zijde.
- Was kleding met een wasmiddel zonder parfum, spoel goed uit en gebruik geen wasverzachter.

Weer en seizoen

- In de winter: voorkom droge lucht in huis en draag buiten handschoenen.
- In de zomer: zoek de schaduw op, vermijd de volle zon en bescherm de huid met een zonnebrandmiddel, lange mouwen, een lange broek en een hoed met een brede rand.

Sporten en werken met water

- Douche kort en lauw na zweten of zwemmen en smeer de huid daarna in.
- Draag handschoenen bij werk met water of schoonmaakmiddelen, zoals afwassen, tuinieren en de auto wassen.

Als de klachten aanhouden

Krab niet: krabben maakt de jeuk erger en beschadigt de huid. Een koud kompres of een nat verband kan de jeuk verlichten. Houden de klachten aan, dan kan de arts antihistaminica, een middel tegen jeuk voor op de huid of een ontstekingsremmende crème voorschrijven.

Algemene adviezen voor de huid tijdens de behandeling

- Gebruik niet te veel verschillende verzorgingsproducten: dat belast de huidbarrière.
- Laat je niet leiden door het woord natuurlijk op verzorgingsproducten: zulke producten zijn niet veiliger of werkzamer dan gewone producten.

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.

Vertaald en bewerkt door dr. Annemie Galimont, dermatoloog, naar de patiëntenfolder van de EADV Task Force Dermatology for Cancer Patients (2024), waarvan zij lid is. Oorspronkelijke Engelse folder: eadv.org. Uitgave: onlinedermatologie.nl, oktober 2026.