Eczeem op school en op het werk

Afspraken op school, een beroep kiezen en je handen beschermen

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 je op school regelt, waar je op let bij het kiezen van een opleiding of beroep en hoe je je huid op het werk beschermt.



Op school en op de opvang

Eczeem kan een kind op school belemmeren: jeuk in de klas, moe zijn na een slechte nacht, of zich schamen voor de huid. Goede afspraken helpen.

- Vertel de leerkracht of de leiding dat je kind eczeem heeft en dat het niet besmettelijk is.
- Geef een kopie van het actieplan en een eigen pot vettende crème mee.
- Spreek af dat je kind kan smeren, bijvoorbeeld na de gym of het buitenspelen.
- Laat je kind bij de gym kort douchen of zweet afspoelen en daarna smeren.
- Bij knutselen met verf, klei of zand: na afloop handen wassen en invetten.
- Heeft je kind slecht geslapen? Vertel het de leerkracht. Dat verklaart vermoeidheid of minder concentratie.
- Wordt je kind gepest om de huid? Bespreek het met school.

Een opleiding of beroep kiezen

Sommige beroepen belasten de handen veel. Dat zijn vooral beroepen met nat werk: vaak handen wassen of met water werken, of met irriterende stoffen. Voorbeelden zijn kapper, zorg, schoonmaak, bakker, kok, metaal, bouw en bloemist. De richtlijn deelt mensen met eczeem in drie groepen in:

Groep	Advies
Matig tot ernstig eczeem met handeczeem, of eerder handeczeem	Beroepen met nat werk of irriterende stoffen worden afgeraden.
Eczeem zonder handeczeem, of astma of hooikoorts bij een beroep met stof of meel	Kan vaak wel, met goede bescherming en controle door een bedrijfsarts.
Alleen een gevoelige of droge huid	Kan meestal, met maatregelen op het werk.

Bespreek een beroepskeuze op tijd met je huisarts of dermatoloog, het liefst voordat de opleiding begint.

Je handen beschermen op het werk

- Draag handschoenen bij nat werk en irriterende stoffen. Kies het materiaal dat past bij de stof. De bedrijfsarts kan adviseren.
- Draag katoenen handschoenen onder de werkhandschoenen. In een afgesloten handschoen wordt de huid na 10 tot 15 minuten al vochtig, en dat irriteert.
- Wissel handschoenen tijdig en trek ze aan met schone, droge handen.
- Was de handen met lauw water en weinig zeep. Droog goed af.
- Vet de handen vaak in, ook in pauzes en na het werk.
- Doe ringen af bij nat werk.

De bedrijfsarts

Wordt je eczeem erger door het werk, of verzuim je door het eczeem? Neem contact op met de bedrijfsarts. Die kijkt naar de werkplek en kan aanpassingen voorstellen, zoals ander gereedschap, andere producten of ander werk. Bij matig eczeem overleggen de bedrijfsarts en de dermatoloog samen met jou wat kan.

Veelgestelde vragen

Moet ik mijn werkgever vertellen dat ik eczeem heb?

Dat hoeft niet. Het kan wel helpen als je aanpassingen nodig hebt. De bedrijfsarts mag zonder je toestemming geen medische gegevens doorgeven.

Mag mijn kind meedoen met zwemles?

Ja. Smeer vooraf een vettende crème en na het zwemmen opnieuw. Zie de folder Sporten, zwemmen en op vakantie met eczeem.

Welke handschoenen zijn het best?

Dat hangt af van de stof waarmee je werkt. Kies poedervrije handschoenen met weinig latex en draag katoen eronder. De bedrijfsarts kan het juiste materiaal adviseren.

Neem contact op met je arts bij:

- eczeem dat erger wordt door het werk of op school
- handeczeem dat steeds terugkomt
- twijfel over een opleiding of beroep
- een kind dat door eczeem niet goed meekomt op school

Neem dezelfde dag contact op bij:

- snel uitbreidende blaasjes of ronde wondjes, vaak met koorts. Dit kan eczema herpeticum zijn.

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 Beroepskeuzeadvisering, Beschermende maatregelen en Werkplekinterventies) en de NHG-Standaard Eczeem (2014). Uitgave: onlinedermatologie.nl, oktober 2026.