Wat is een hormooncrème?

Wat het middel doet, en waarom het woord hormoon verwarrend is

Het doel van deze folder

In deze folder lees je wat een hormooncrème is, wat het doet in je huid en waarom je het volgens een schema smeert.

Een ontstekingsremmer voor de huid

De officiële naam is dermatocorticosteroïd. Artsen spreken ook van medicijnzalf of corticosteroïdzalf. Het woord hormoon slaat op een stof die lijkt op cortisol, een hormoon dat je lichaam zelf maakt. Met geslachtshormonen heeft het niets te maken.

Hormooncrème wordt sinds de jaren vijftig gebruikt. Het is een van de best onderzochte medicijnen voor de huid.

Wat het doet

- Het remt de ontsteking: minder roodheid en minder jeuk.
- Het remt de celdeling: minder schilfers. Bij heel lang en sterk smeren kan de huid daardoor dunner worden.
- Het vernauwt de bloedvaatjes: de huid wordt bleker en rustiger.

Hormooncrème remt de klachten zolang je smeert. De oorzaak, zoals aanleg voor eczeem of psoriasis, blijft. Daarom bouw je af volgens een schema en blijf je de vettende crème elke dag smeren.

Waar de sterkte van afhangt

- De stof en het percentage. Die staan altijd op de tube.
- De basis. Een zalf sluit meer af dan een crème.
- De huid. Op dunne huid, in plooien en onder een verband, sok of luier neemt de huid meer op.
- Hoe lang je achter elkaar smeert. Bij heel lang elke dag smeren werkt het minder goed. Daarom werk je met smeervrije dagen.

Werkt de crème niet goed?

- Je smeert te weinig of te kort.
- De klasse is te laag voor deze plek.
- Er is een infectie of een andere huidziekte.
- Je bent allergisch voor de crème of een stof erin.

Zoek niet zelf een sterkere tube. Bespreek het met je arts en neem al je crèmes mee.

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.