Welke crème wanneer

Smeeradvies bij behandelingen tegen kanker: welk middel bij welke klacht

Het doel van deze folder

Tijdens een behandeling tegen kanker wordt de huid vaak droog en kwetsbaar. Smeren helpt, maar niet elk middel past bij elke klacht. In deze folder lees je welke crème of zalf je wanneer gebruikt. Heeft je arts of verpleegkundige een ander advies gegeven, volg dan dat advies.

De hoofdregels



- Hoe droger de huid, hoe vetter het middel. Een zalf is het vetst, daarna komen vetcrème en crème. Een lotion bevat veel water en kan de huid uitdrogen.
- Smeer elke dag, ook als de huid er goed uitziet.
- Smeer binnen enkele minuten na het wassen of douchen, op een drooggedepte huid.
- Kies een middel zonder parfum.
- Smeer royaal en laat het middel vijf minuten intrekken voordat je je aankleedt.

Welk middel bij welke klacht

Droge huid op het lichaam	Een vette crème of zalf, twee keer per dag en altijd na het douchen. Bij schilfering een crème met 5 tot 10% ureum.
Droge handen en voeten	Een vette crème na elke keer handen wassen en voor de nacht. Voor handen en voeten is een crème met 5 tot 10% ureum geschikt.
Kloven	Elke dag een vette crème of zalf, met 5 tot 10% ureum of met glycerine. Smeer na elke keer handen wassen en voor de nacht.
Hand-voetsyndroom (bij chemotherapie)	Een crème met 10% ureum, drie keer per dag, vanaf de start van de behandeling.
Hand-voet-huidreactie met eelt (bij doelgerichte therapie)	Een crème met 10 tot 20% ureum op de plekken met eelt, en een vette crème op de rest van de handen en voeten.
Puistjesuitslag op gezicht, borst en rug	Een niet-vette crème. Gebruik geen middelen tegen acne en geen scrub.
Jeuk	Een basiszalf of crème, meerdere keren per dag. Een koelende crème met menthol kan de jeuk verlichten.
Bestraalde huid	Vaak en ruim smeren met een neutrale crème zonder parfum. Smeer niet vlak voor de bestraling, tenzij je radiotherapeut iets anders zegt.
Nagels en nagelriemen	Elke dag invetten met vaseline of lanoline.

Zo vind je de crème die bij jou past

- Welke crème prettig is, verschilt per persoon. Probeer uit wat bij jou past.
- Blijft de huid droog, kies dan een vetter middel.
- Jeukt of broeit de huid na het smeren, vooral in de zomer, kies dan een minder vet middel.
- Smeer met de haarrichting mee en wrijf niet hard.
- Smeer minstens één keer per dag de hele huid.
- Vaseline en paraffine zijn minerale vetten en zijn niet schadelijk voor de huid. Vaseline sluit de huid wel af en maakt vetvlekken; voor grote oppervlakken is een zalf of vetcrème prettiger.
- Laat je niet leiden door het woord natuurlijk op verzorgingsproducten: zulke producten zijn niet veiliger of werkzamer dan gewone producten.

Wat je beter niet gebruikt

- Producten met parfum of alcohol.
- Scrubs en peelings.
- Middelen tegen acne bij puistjesuitslag: deze uitslag is geen gewone acne.
- Veel verschillende verzorgingsproducten door elkaar: dat belast de huid.

Middelen op recept

Een zalf of crème op recept, zoals een hormooncrème, gebruik je zoals je arts heeft voorgeschreven. Smeer eerst de hormooncrème op de plekken en daarna de vettende crème op de hele huid.

Neem contact op met je arts of verpleegkundige bij:

- kloven die bloeden of niet genezen
- een rode, warme of pijnlijke huid, of pus
- blaren of open plekken
- pijn waardoor lopen of iets vastpakken niet lukt
- jeuk waarvan je niet kunt slapen
- een huid die ondanks het smeren droger of roder wordt

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 adviezen in de patiëntenfolders van de EADV Task Force Dermatology for Cancer Patients, waarvan zij lid is. Uitgave: onlinedermatologie.nl, oktober 2026.