Wie helpt bij psoriasis

Huisarts, dermatoloog en andere zorgverleners

Het doel van deze folder

Deze folder is voor mensen met psoriasis en voor ouders van kinderen met psoriasis. Je leest wie je kan helpen, wanneer je bij wie terechtkunt en hoe een verwijzing loopt, van huisarts en dermatoloog tot fysiotherapeut en bedrijfsarts.

De huisarts

De huisarts behandelt de meeste mensen met psoriasis. De huisarts stelt de diagnose en start de behandeling in stappen: elke dag een vettende crème, schilfers losweken en een zalf op de plekken. Samen kies je een behandeldoel. Na 4 weken is er meestal een controle. Smeer je langere tijd, dan is 1 keer per jaar een controle verstandig.

Bij psoriasis komen hart- en vaatziekten, diabetes en overgewicht vaker voor. Laat daarom je bloeddruk, cholesterol en bloedsuiker controleren bij je huisarts. Ook voor hulp bij stoppen met roken of bij afvallen kun je bij de huisarts terecht.

De praktijkondersteuner

In veel huisartsenpraktijken helpt een praktijkondersteuner of assistent bij het smeren. Je leert hoeveel zalf je gebruikt, je oefent het smeren en je krijgt je smeerplan op papier mee. Je maakt hiervoor een afspraak bij de huisartsenpraktijk.

Naar de dermatoloog

De huisarts verwijst je naar de dermatoloog als:

- het niet zeker is of je psoriasis hebt;
- de psoriasis niet genoeg verbetert met de stappen van de huisarts;
- meer dan 5 procent van je huid psoriasis heeft, dat is meer dan 5 handpalmen;
- bijna je hele huid rood is, of als je veel pusbultjes hebt;
- veel kleine plekjes na 2 tot 4 weken smeren niet genoeg verbeteren.

Heeft psoriasis aan je nagels veel invloed op je leven, dan kan de huisarts je ook verwijzen. Met de verwijzing maak je een afspraak bij de dermatoloog.

De dermatoloog

De dermatoloog is de huidarts in het ziekenhuis of in een kliniek. De dermatoloog heeft meer mogelijkheden: andere zalven, lichttherapie en tabletten of injecties die in het hele lichaam werken. De dermatoloog meet hoe ernstig de psoriasis is en vraagt naar je gewrichten, je stemming, je werk en je leefstijl.

Tabletten en injecties tegen psoriasis krijg je van de dermatoloog. De huisarts schrijft ze niet voor en geeft er ook geen herhaalrecept voor.

Gebruik je tabletten of injecties en is je huid rustig? Dan kan een deel van de controles op afstand, per telefoon of video. Minstens 1 keer per jaar kom je op het spreekuur. Bij kinderen werkt de dermatoloog voor tabletten of injecties bij voorkeur samen met een kinderarts.

De verpleegkundige

In het ziekenhuis geven dermatologieverpleegkundigen voorlichting en begeleiding. Bijvoorbeeld bij het smeren of als je leert jezelf een injectie te geven. Een verpleegkundig specialist kan ook een deel van je behandeling begeleiden. Je krijgt deze hulp via je dermatoloog.

De reumatoloog

Naar schatting 6 tot 41 op de 100 mensen met psoriasis krijgen ontstoken gewrichten of pezen. Dat heet artritis psoriatica. De reumatoloog stelt de diagnose en behandelt de gewrichten. Je huisarts of dermatoloog verwijst je bij:

- een gewricht dat langer dan 3 weken ontstoken is;
- een sterk vermoeden van artritis psoriatica;
- rugklachten die al minstens 3 maanden elke dag aanwezig zijn.

Heb je 3 of meer keer ja op de vragenlijst in de folder Psoriasis en gewrichten? Bespreek dat met je arts. Hebben je huid en je gewrichten allebei behandeling nodig, dan kiezen de dermatoloog en de reumatoloog samen.

Wie helpt er nog meer?

- **Huidtherapeut.** Een zorgverlener voor de huid buiten het ziekenhuis. Helpt je met smeren en volhouden, legt uit wat psoriasis is en helpt bij jeuk en krabben. Werkt binnen het plan van je arts. Je kunt er met of zonder verwijzing terecht.
- **Apotheek.** Legt uit hoe je je middelen gebruikt en controleert of je medicijnen goed samengaan. Is een middel niet leverbaar, dan kiest de apotheek in overleg een middel met dezelfde sterkte en vorm. Vraag om een medicijnoverzicht. Sommige medicijnen, zoals bepaalde middelen tegen hoge bloeddruk en lithium, kunnen psoriasis erger maken. Stop nooit zelf met een medicijn. Overleg eerst met je arts.
- **Psycholoog.** Bij somberheid, angst of als je moeilijk kunt omgaan met de psoriasis. De verwijzing loopt bij voorkeur via je huisarts. Soms werkt er een psycholoog bij de afdeling dermatologie. Dan kan je dermatoloog je direct verwijzen.
- **Maatschappelijk werker.** Helpt bij de gevolgen van psoriasis voor je dagelijks leven en je contact met anderen. Vraag je huisarts of dermatoloog.
- **Bedrijfsarts.** Als psoriasis of de behandeling invloed heeft op je werk, of als je uitvalt. Vraag op je werk hoe je de bedrijfsarts bereikt.
- **Diëtist.** Helpt bij gezond eten en afvallen. Een gezond gewicht en gezond eten verkleinen de kans op hart- en vaatziekten en diabetes. Bij overgewicht kan afvallen ook de psoriasis verminderen. Je huisarts of dermatoloog kan je verwijzen.
- **Fysiotherapeut.** Helpt je om veilig te bewegen, ook als je gewrichten pijn doen. Je huisarts, dermatoloog of reumatoloog kan je verwijzen.
- **Psoriasispatiënten Nederland.** De vereniging voor mensen met psoriasis en artritis psoriatica. Je vindt er informatie, je kunt bellen met een voorlichter en op het forum ervaringen delen (psoriasispatientennederland.nl).

Eén plan voor iedereen

Bij psoriasis heb je soms met meerdere zorgverleners te maken. Zorg dat iedereen hetzelfde plan kent.

- Neem je psoriasispaspoort, je actieplan en je medicijnoverzicht mee naar elke afspraak.
- Krijg je verschillende adviezen? Vraag dan aan de arts die je behandelt wat het plan is.
- Bereid je afspraak voor met de folders Voorbereiden op je afspraak en Mijn doelen bij psoriasis.

Meer informatie

- thuisarts.nl: informatie van huisartsen over psoriasis, ook over naar de dermatoloog gaan.
- reuma.nl: informatie van ReumaNederland over artritis psoriatica.
- onlinedermatologie.nl: alle folders over psoriasis, gratis te downloaden.

Neem contact op met je huisarts bij:

- psoriasis die na 4 weken goed smeren niet duidelijk beter is
- pijn, zwelling of stijfheid van gewrichten
- somberheid, angst of slecht slapen door de psoriasis
- twijfel over wie je behandeling regelt

Neem dezelfde dag contact op bij:

- plotseling een rode huid over bijna je hele lichaam
- veel pusbultjes op de huid, vooral als je je ziek voelt of koorts hebt
- koorts of een ernstige infectie, als je tabletten of injecties gebruikt die de afweer remmen

Buiten kantoortijd bel je de huisartsenpost.

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 Psoriasis (modules Screening van de patiënt met psoriasis en Voorlichting aan patiënten, 2025, Artritis psoriatica, 2023, Zorg op afstand, 2024, en Leefstijl bij psoriasis, 2026), de NHG-Standaard Psoriasis (2014, gedeeltelijk herzien in 2023) en het e-book Psoriasis en eczeem ontcijferd. Uitgave: onlinedermatologie.nl, oktober 2026.