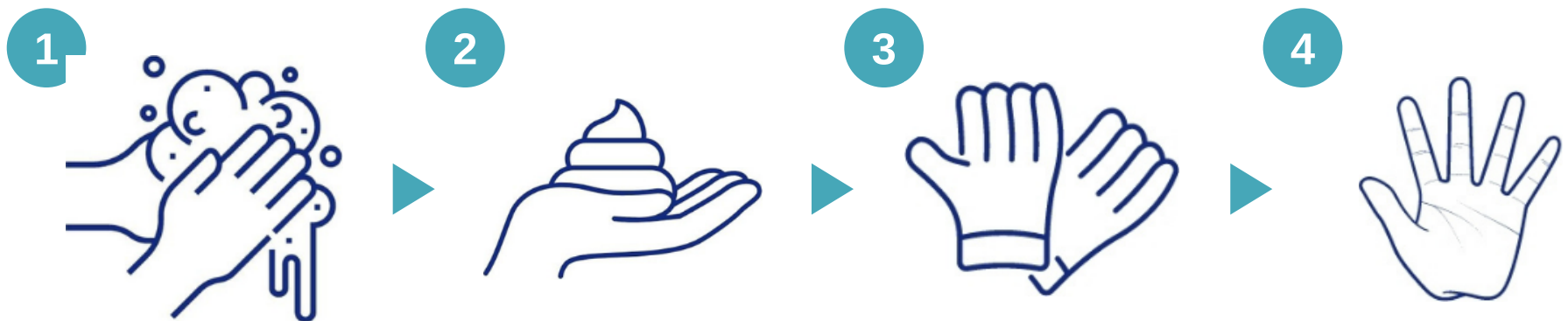


Droge huid: zo houd je de huid soepel

Bijna elke behandeling tegen kanker maakt de huid droger en kwetsbaarder

✓ Elke dag: vier stappen



Was kort en lauw

Niet heet, niet lang. Dep de huid droog.

Smeer meteen

Binnen een paar minuten na het wassen, en tussendoor.

Bescherm

Handschoenen bij nat werk, ruime schoenen.

Kijk

Let op kloofjes, rode plekken en wondjes.

i Hoe droog is je huid?



✗ Niet doen

✗ Heet of lang douchen en baden

De huid droogt daarna verder uit

✗ Zeep met parfum of alcohol

Kies een mild wasproduct zonder parfum

✗ Krabben

Jeuk? Smeer extra. Slaap je er niet van, meld het dan

i Welke crème?

Handen, voeten en lichaam

Een vette crème of zalf. Vaseline en paraffine zijn veilig.

Gezicht, borst en rug met puistjes

Een niet-vette crème.

Het woord natuurlijk

zegt niets: zulke producten zijn niet veiliger of werkzaamere dan gewone producten.

Bel je behandelteam bij kloven of wondjes, rode of natte plekken, of jeuk waardoor je niet slaapt.