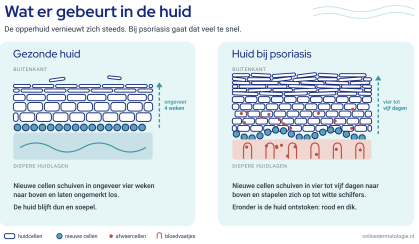
Psoriasis in één oogopslag

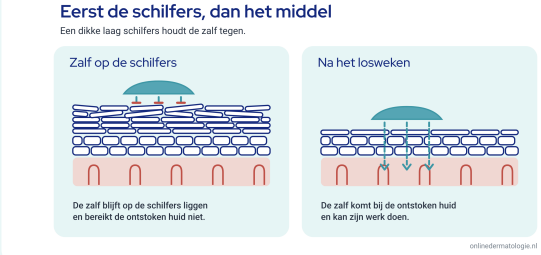
De belangrijkste plaatjes uit de psoriasisfolders op één blad. In elke folder staat meer uitleg.

De huid bij psoriasis



De huid vernieuwt zich in 3 tot 5 dagen. De cellen stapelen zich op tot schilfers.

Eerst de schilfers



Week dikke schilfers eerst los. Dan komt het medicijn bij de ontstoken huid.

Mijn actieplan



Groen: rustig. Oranje: schilfers losweken en de zalf weer elke dag. Rood: neem contact op.

Opbouwen en afbouwen



Hooguit 2 tot 4 weken elke dag, daarna minder dagen per week.

Van basis naar zwaarder



De vettende crème blijft op elke stap nodig.

Meer dan de huid



Let ook op je gewrichten, je hart en bloedvaten en je stemming.

Samengesteld door dr. Annemie Galimont, dermatoloog, naar de psoriasisfolders van onlinedermatologie.nl. Uitgave: onlinedermatologie.nl, oktober 2026.