Smeerkalender voetschimmel

Vink elke dag af: de crème en je schoenen

Het doel van deze folder

Vul in welk middel je gebruikt en vink elke dag af. Zo houd je het vol tot een week nadat de klachten weg zijn. Neem de kalender mee als je naar de huisarts gaat.

Mijn behandeling

Waar zit de schimmel:.....

Welk middel en hoe vaak per dag:.....

Startdatum:.....

Datum dat de klachten weg waren:.....

Datum dat ik stop (een week later):.....

Elke dag

Zet een kruisje als je gesmeerd hebt. Zet een S op de dagen dat je je schoenen inspuit: de eerste tien dagen om de dag, daarna eens per week.

Week	ma	di	wo	do	vr	za	zo	Beter?
1								
2								
3								
4								
5								
6								

Na twee tot vier weken

- □ De klachten zijn weg. Ik smeer nog een week door en stop dan.
- □ Het gaat beter. Ik smeer door tot een week nadat de klachten weg zijn.
- □ Het is niet beter. Ik maak een afspraak bij de huisarts.

Stop en neem contact op met je huisarts bij:

- roodheid, warmte, zwelling, pus of koorts
- meer jeuk, blaasjes of uitslag door de crème

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 NHG-Standaard Dermatomycosen, het ProVoet-protocol Schimmelinfecties aan de voeten en het e-book Schimmelinfecties ontcijferd. Uitgave: onlinedermatologie.nl, november 2026.