Het etiket van een crème lezen

Uitlegkaart: wat de voorkant en de achterkant zeggen

Het doel van deze folder

Gebruik deze kaart in de winkel of thuis bij je eigen crèmes. Zo zie je wat er echt in een product zit.

De voorkant

- Woorden als natuurlijk, puur, clean en zonder chemicaliën zijn reclame.
- Hypoallergeen betekent dat de kans op een allergie klein zou zijn. Het is geen garantie.
- Dermatologisch getest zegt niet waarop getest is of wat de uitslag was.

De achterkant

- De ingrediënten staan van veel naar weinig.
- Parfum of aroma betekent dat er geurstoffen in zitten.
- Bekende geurstoffen die een allergie kunnen geven, staan apart in de lijst.
- Conserveermiddelen staan vaak achteraan.
- Het open potje met een getal, zoals 12M, zegt hoeveel maanden het product na openen goed blijft.

Heb je een allergiepas?

Lees elke lijst tot het eind, ook bij een nieuwe verpakking. Twijfel je over een naam, vraag het dan aan de apotheek of de dermatoloog.

Met de gratis app Eczeem Keuzehulp (huidopleiding.app/eczeem-keuzehulp) zoek je verzorgingsproducten zonder jouw allergenen.

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-Collen, dermatoloog, naar haar gratis e-books Crèmes en zalven en Hormooncrèmes, het e-book Crèmes en hormooncrèmes ontcijferd en de e-learning Crèmes en hormooncrèmes (Huidopleiding, 2026), en naar de NVDV-Leidraad Dermatocorticosteroïden (2019), het substitutieschema corticosteroïden cutaan (KNMP en NVDV, 2021) en Thuisarts. Uitgave: onlinedermatologie.nl, november 2026.