Vettende crème bij eczeem

Uitlegkaart: de basis van elke behandeling

Het doel van deze folder

Deze uitlegkaart is voor mensen met constitutioneel eczeem, ook wel atopisch eczeem genoemd, en voor ouders van kinderen met eczeem. Je leest wat een vettende crème doet en hoe je smeert.

Wat is een vettende crème?

Een vettende crème of basiszalf is een crème of zalf zonder medicijn. Hij houdt vocht in de huid vast en herstelt de muur van de huid. Daardoor jeukt de huid minder en speelt het eczeem minder vaak op.

Zo smeer je

- Elke dag, op de hele huid. Liefst meerdere keren per dag, en altijd na het wassen.
- Ook als het eczeem rustig is. Dan voorkom je nieuwe plekken.
- Smeer royaal, een laag die je ziet glanzen. Smeer met de haarrichting mee.
- Neem zalf uit een pot met een schoon spateltje of lepeltje. Een tube of pompje is hygiënischer.
- Op een natte, lekkende huid smeer je geen vette zalf. Overleg dan met je arts.

Welke soort?

Soort	Gevoel	Wanneer
Crème	Licht, trekt snel in	Overdag, in de zomer, op het gezicht en behaarde huid
Vette crème	Iets vetter	Een droge huid, het hele jaar
Zalf	Vet, blijft liggen	Een heel droge of ruwe huid, ’s nachts, in de winter

De beste vettende crème is de crème die je prettig vindt en dus echt gebruikt. Meer lees je in de folder Welke basiszalf wanneer.

Samen met de ontstekingsremmende zalf

Meng de vettende crème niet met de ontstekingsremmende zalf. Hoe je ze na elkaar smeert, lees je op de uitlegkaart Volgorde van smeren.

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 Constitutioneel eczeem (2025), de NTvDV-consensus Stapsgewijze topicale behandeling van constitutioneel eczeem (2025) en de NHG-Standaard Eczeem (2014). Uitgave: onlinedermatologie.nl, oktober 2026.