



## Voorbeeld 1: Afbouwschema- en onderhoudsschema om de dag

Volg dit schema bij het afbouwen en onderhouden van medicinale zalven als u kiest voor om de dag afbouwen.

Start met 2 keer per dag gedurende 1 week en dan afbouwen

	wk.1	wk. 2	wk. 3	wk. 4	wk. 5	wk. 6	wk. 7
Zaterdag	X X	X	X	X	-	-	-
Zondag	X X	X	-	-	X	X	X
Maandag	X X	X	X	X	-	-	-
Dinsdag	X X	X	-	-	X	X	-
Woensdag	X X	X	X	X	-	-	-
Donderdag	X X	X	-	-	X	X	X
Vrijdag	X X	X	X	X	-	-	-
	Huid rustig? Jeuk weg?	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem	Idem

X= smeren met hormoonzalf/medicinale zalf

- = geen hormoonzalf/medicinale zalf smeren, wel neutrale zalf (zalf zonder medicijn)

**Minimaal 1 maal per dag smeren met een neutrale zalf (zalf zonder medicijn) vanaf week 2. Dit niet tegelijk met de hormoonzalf/medicinale zalf.**

**Als afbouwen niet lukt:** Bij een opvlamming of een verslechtering van het eczeem bouwt u niet verder af, maar gaat u weer naar het begin van het schema (week 1 of week 2).