

Help!

ik heb zo'n jeuk!



IN DE
HUID
VAN

leven met
**ATOPISCH
ECZEEEM**

Colofon

'Help ik heb zo'n jeuk!' is een uitgave van Indehuidvan.nl
Indehuidvan.nl is een initiatief van Sanofi Genzyme Europe
en is bestemd voor inwoners van Nederland.

© Genzyme Europe B.V. 2020 Alle rechten voorbehouden

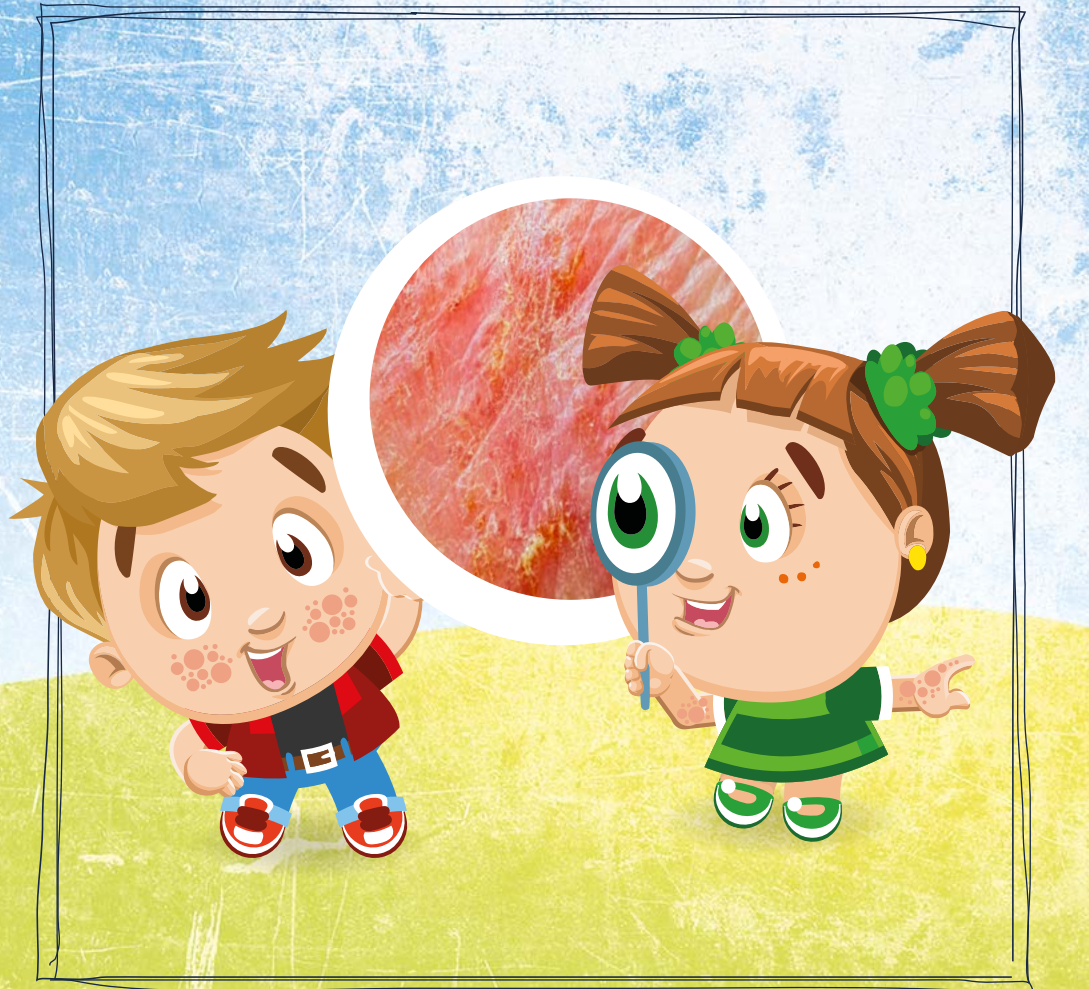
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd,
opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand en/
of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij
elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of
op enige andere manier zonder voorafgaande schriftelijke
toestemming van de uitgever.

Contact: info@sanofi.com of via 020-2454000
en vraag naar het team van Indehuidvan.

Datum van goedkeuring:
MAT-NL-2001449 - november 2020



ik heb zo'n jeuk!



Als je eczeem hebt, is je huid rood en schilferig, heb je last van bultjes, blaasjes en korstjes en voelt je huid vaak warm aan.

Het doet in de meeste gevallen geen pijn maar het jeukt wel verschrikkelijk.



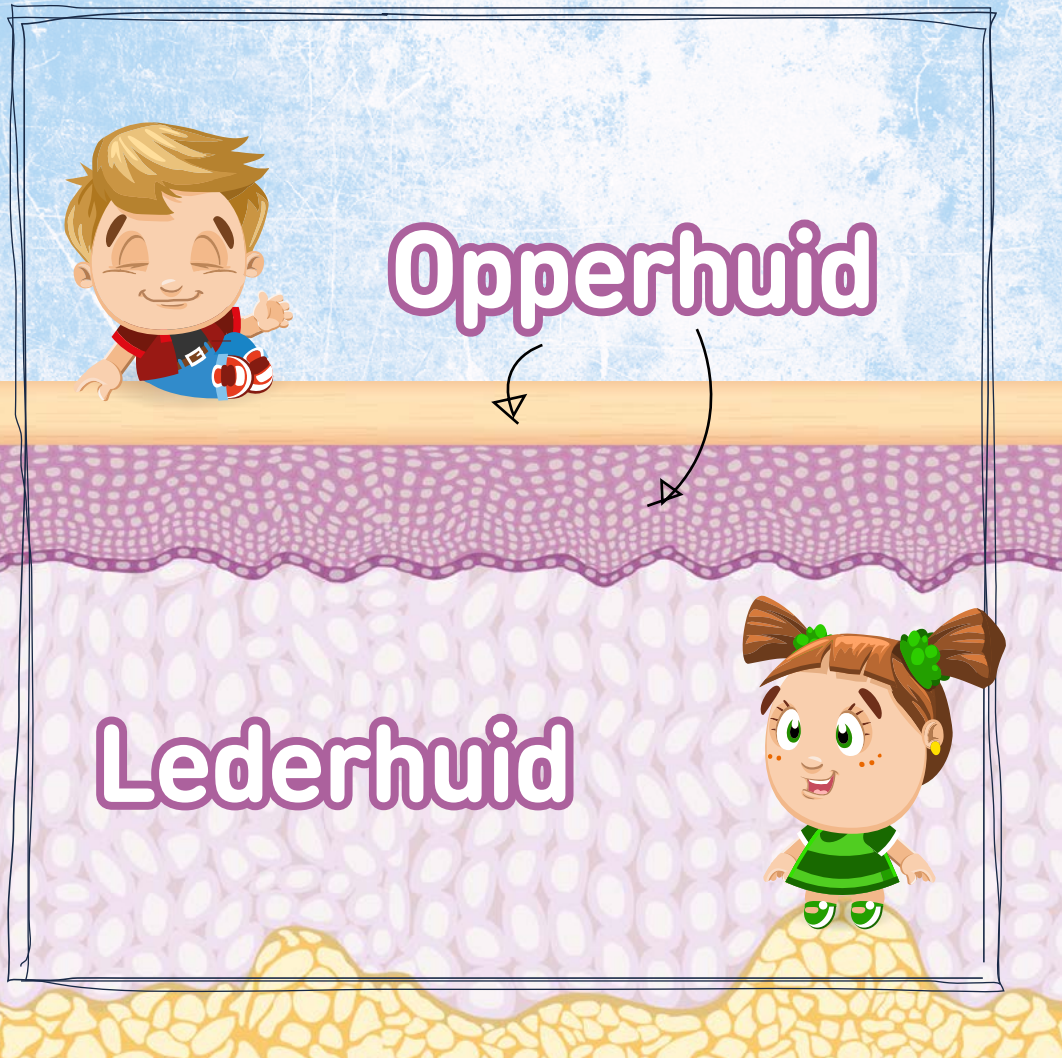
Als je jeuk hebt, ga je krabben en dat helpt niet want je krabt de huid, die al beschadigd is, verder open en dan geneest het niet.

En je zet als het ware een domino spel in gang: krabben, jeuken, krabben, jeuken, zo gaat het maar door!



Je ouders roepen waarschijnlijk heel vaak tegen je “Niet krabben” en dat is ontzettend vervelend!

Maar wel belangrijk (om niet te krabben)!



Hoe zit de huid in elkaar?

De huid bestaat uit verschillende lagen:

- 1. De bovenste laag is de oppervhuid.**
De oppervhuid beschermt je lichaam tegen alles wat van buiten je lichaam in komt, bijvoorbeeld bacteriën en virussen.
- 2. De middelste laag is de lederhuid.**
De lederhuid regelt je lichaamstemperatuur en heeft heel veel zenuwen waardoor je met je huid goed kan voelen.



3. De onderste laag is het vetweefsel.
Het vetweefsel is eigenlijk een isolatielaagje en zorgt ervoor dat je lekker warm blijft.

Bij eczeem is de bovenste laag van de huid droger waardoor stoffen makkelijker door je huid binnendringen en je afweercellen geprikkeld worden.



Atopisch eczeem wordt ook wel constitutioneel eczeem genoemd.

Dit betekent dat je al vanaf je geboorte een aanleg hebt voor eczeem.

Eczeem is, net als astma, hooikoorts en voedselallergie, een atopische ziekte.

Als je eczeem hebt, heb je ook een kans om andere atopische ziekten te krijgen.



**Bij hooikoorts en voedselallergie
reageert je lijf heel gek op
bepaalde stofjes.**

**Bijvoorbeeld pollen uit gras, huisstofmijt
(dat zijn hele, hele kleine beestjes in
huisstof) en sommige dingen die je eet
of drinkt zoals pinda's en noten.**

**Deze stofjes, die via je huid en ademhaling
en - in het geval van voedselallergie -
via je mond in je lichaam komen, noemen
we allergenen.**



Vaak zie je dat ook andere personen binnen een familie last van zo'n atopische aandoening hebben.

Vraag maar eens aan je vader of moeder of zij, of iemand in de directe familie, last van eczeem, astma of hooikoorts hebben?



**Het immuunsysteem, je afweersysteem,
speelt ook een belangrijke rol bij eczeem.**

In jouw lichaam zitten er speciale cellen.

**Dit zijn eigenlijk allemaal soldaatjes die
samen een heel leger vormen. En dit
leger zorgt ervoor dat alle indringers
verslagen worden.**



In jouw geval is dat legertje als het ware op hol geslagen en werken de soldaatjes veel te hard.

Ze vallen iedereen aan, de goede en slechte prikkels.

**En daardoor krijg je eczeem:
schilfers, bultjes en verschrikkelijke jeuk!**



Je eczeem kan erger worden door bepaalde dingen.

Als je je bijvoorbeeld niet zo lekker voelt of je bent zenuwachtig (bijvoorbeeld voor een spreekbeurt) kan je meer last hebben van je eczeem.

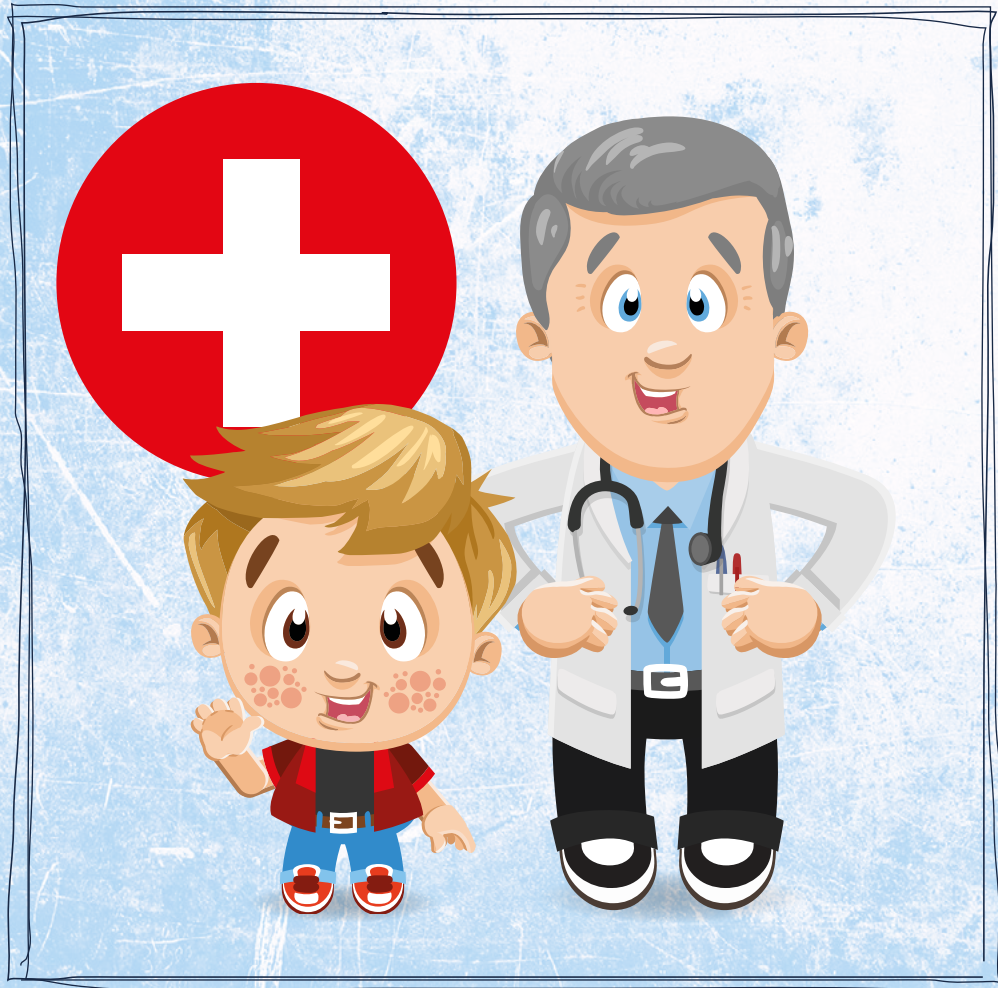


**Eczeem is overigens niet besmettelijk
en je kunt het rustig aanraken,
ook bij een ander.**



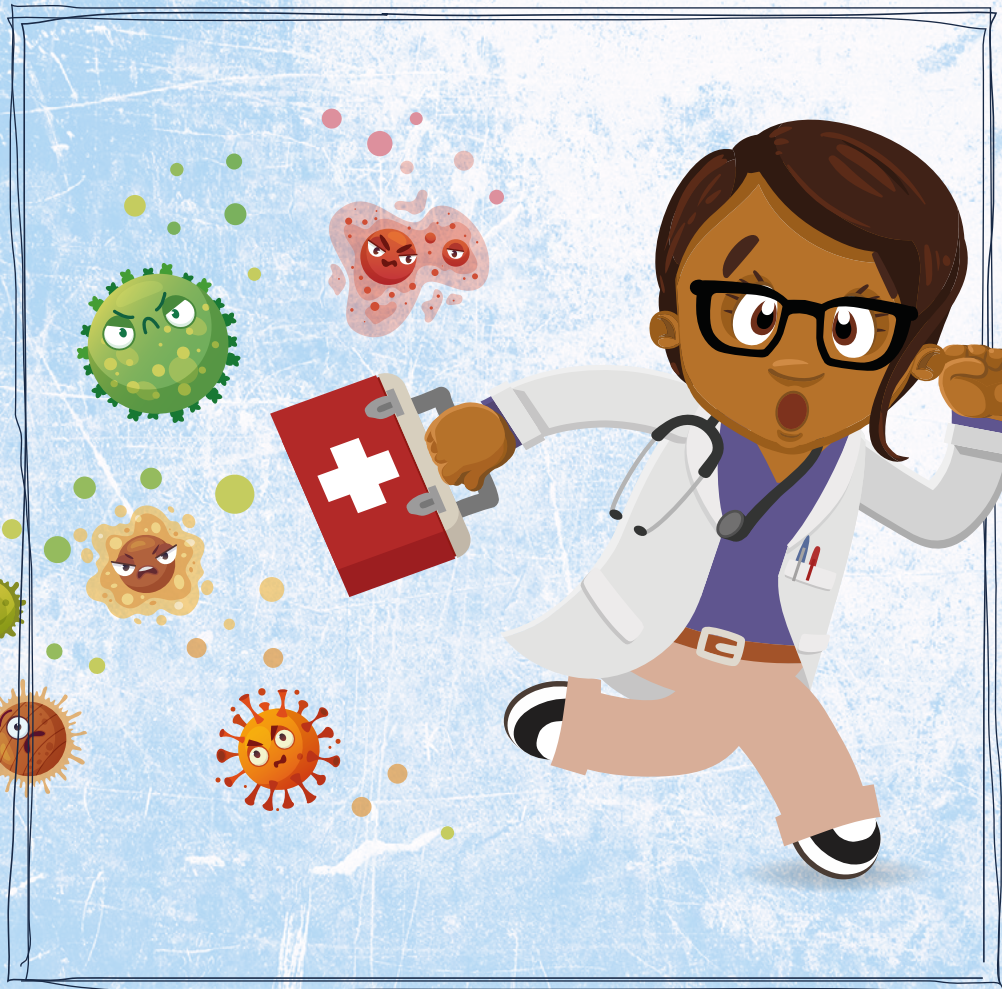
**Je kunt proberen je huid met
vaseline-zalf wat vetter te maken.**

**Dat helpt zeker ook in de winter,
wanneer de huid sowieso al droger is.**



**Wanneer je naar je dokter gaat,
kan hij jouw eczeem op verschillende
manieren behandelen.**

**Dat kan bij de huisarts en wanneer de
klachten ernstig zijn of niet overgaan,
kan de huisarts je doorverwijzen naar
een specialist.**



Wanneer die specialist gespecialiseerd is in huidziekten noem je hem of haar 'Dermatoloog'.

Zij kunnen je zalven en/of andere medicijnen voorschrijven die je kunnen helpen je eczeem en je jeuk goed te behandelen.



Indehuidvan.nl

Lees verhalen en tips op:
indehuidvan.nl

Alles over eczeem

Alle informatie over de aandoening, symptomen, klachten, diagnose, behandeling en medicatie.

Blogs

Lees herkenbare ervaringen en slimme tips in de blogs van mensen met eczeem.

Tips om meer uit een afspraak met de arts te halen

Ga beter voorbereid het gesprek aan met de behandelend arts.



VMCE, Vereniging voor mensen met constitutioneel eczeem

De VMCE kent drie typen activiteiten die allen gericht zijn op het verhogen van de kwaliteit van leven van mensen met eczeem.

- Voorlichting
- Lotgenotencontact
- Belangenbehartiging

E-mail: info@vmce.nl

Tel.: 033-2471044 (9-17 uur)

Website: [VMCE.nl](https://vmce.nl)





IN DE
HUID
VAN

leven met
**ATOPISCH
ECZEEM**