ECZEEM…
Je bent niet alleen

ATOPIESCHOOL UZ LEUVEN STELT VOOR…….

Atopisch eczeem

- Wat is atopisch eczeem
- Wat kan je eraan doen
- Hoe ondersteuning bieden aan kinderen en ouders -> de atopieschool

WAT IS ECZEEM

Een voortdurend ontstoken huid,
die heel erg kan JEUKEN
Aandoening is ERFELIJK bepaald



Baby's

Bij baby's komt het eczeem vaak voor in het GELAAT,

de strekzijde van de ledematen



en soms ook over het hele lichaam

Kinderen





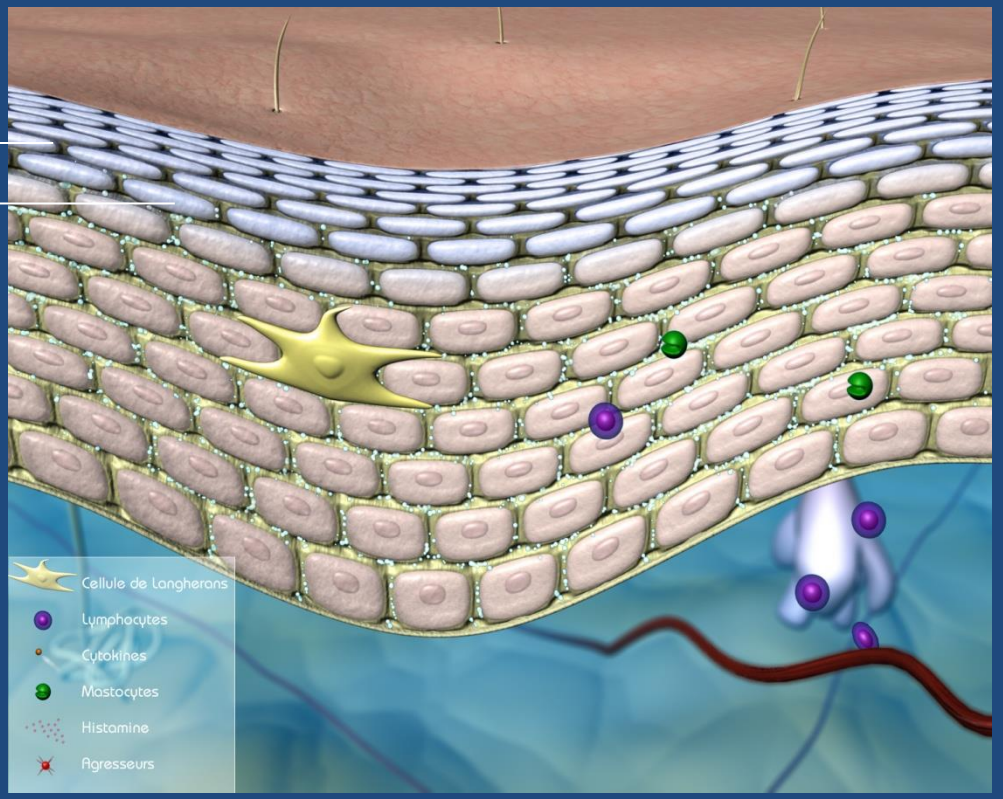
Eczeem vooral
in lichaamsplooien



Gezonde huid

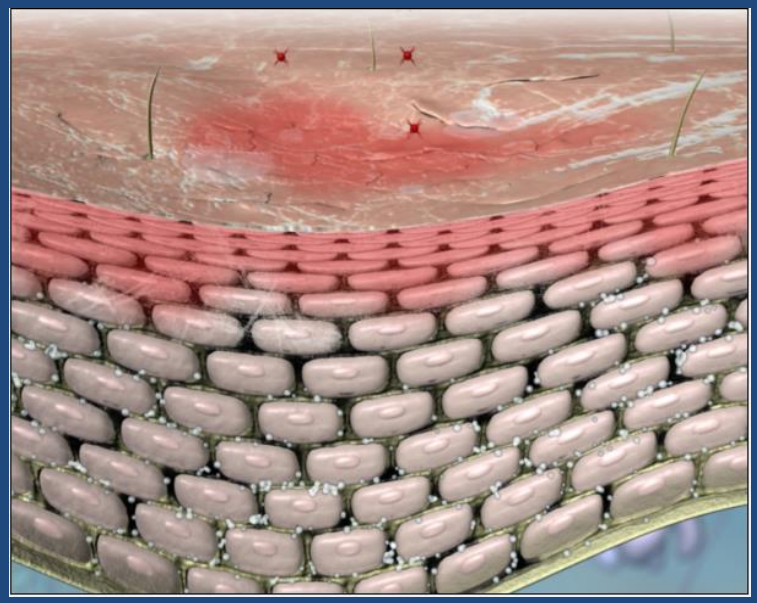
Cement van vetten tussen de cellen

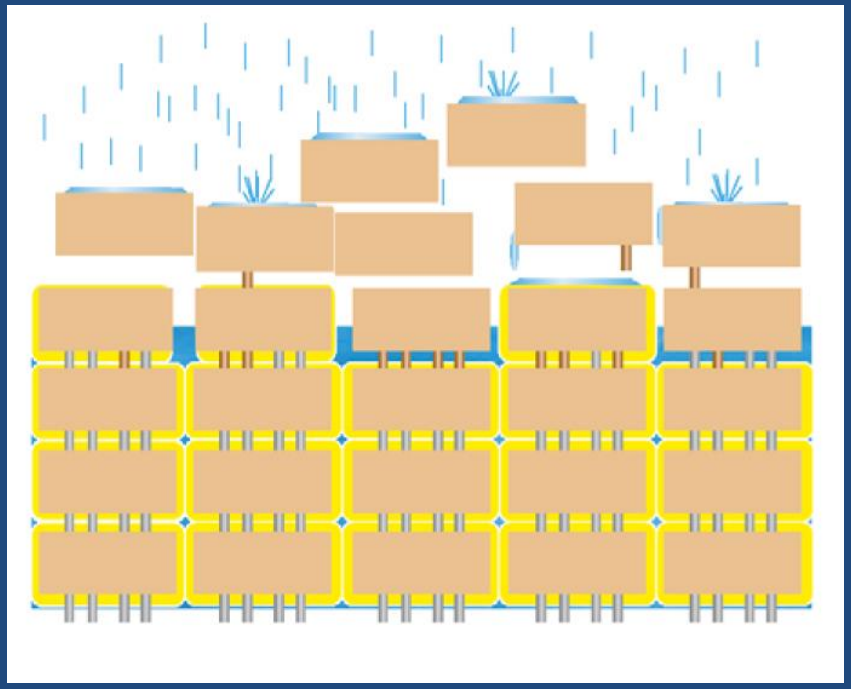
Huidcellen = bakstenen



ECZEEM

Door die prikkels gaat de huid ontsteken en branden







Triggers vermijden: dingen die de huid kunnen irriteren

- ✓**ZEEP** & **SHAMPOO** vooral indien ze fel schuimen
- ✓**WATER** bij ons bevat kalk en droogt de huid uit
- ✓**CHLOOR**water (soms in leidingwater, zwembad)
- ✓**WOL,** spannende kleding, ruwe stoffen
- ✓**ZAND**
- **.....**

Temperatuur van het water niet te warm (34°-35°)
Douche is beter dan bad (kort maximaal 10 minuten)
Vermijd extreme warmte (zweten) en koude
Bij infecties zijn de baby's vatbaarder….

Triggers vermijden : dingen waaraan je kind allergisch kan zijn

De dokter onderzoekt met testjes waar je kind allergisch aan is:

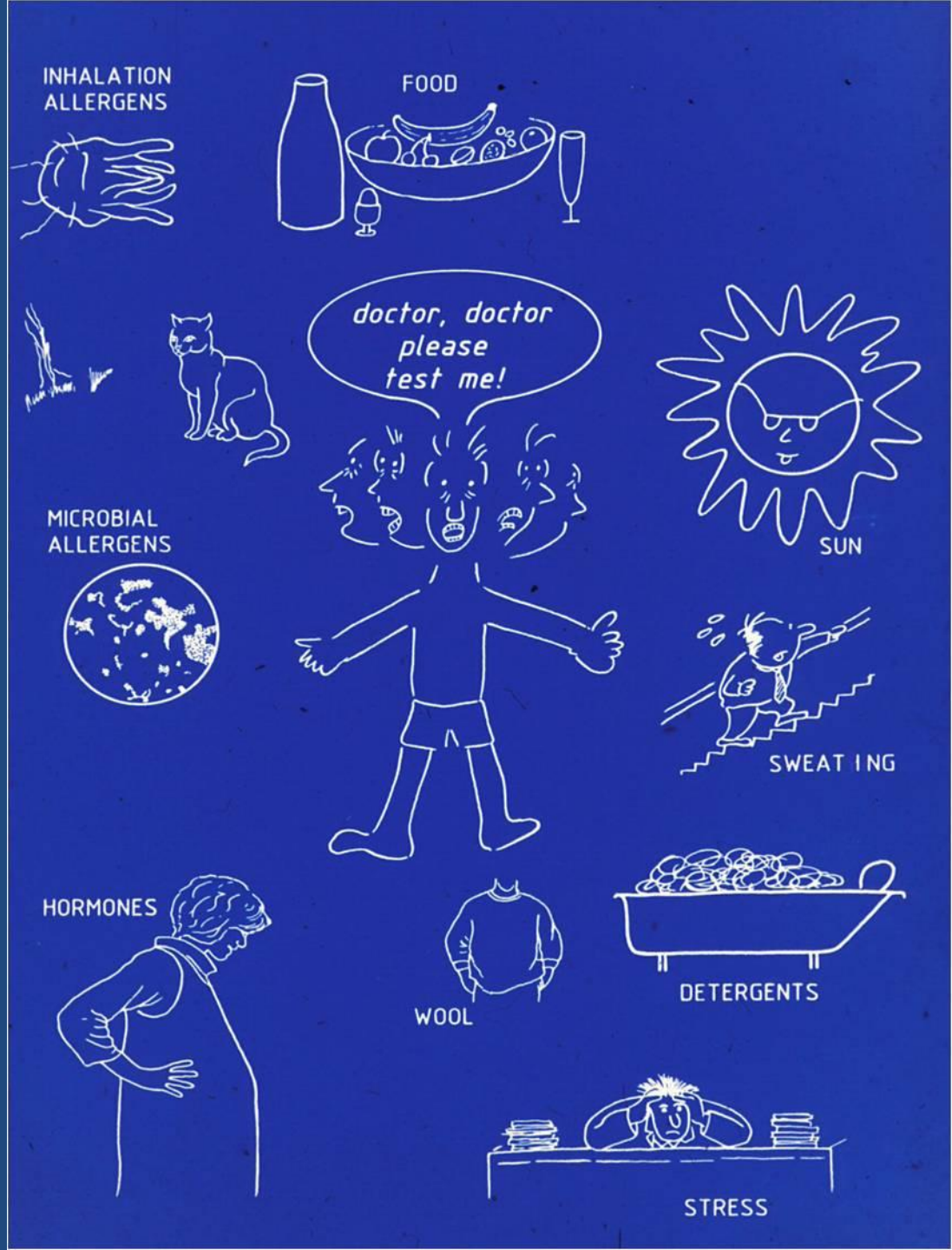
- **Pollen, huisstofmijt**

- **Huisdieren**,
- **Voedsel**allergie: **koemelk**, **sojamelk**, **ei**, **tarwe, vis, pinda's,...**

Soms wordt het eczeem erger wanneer er contact is met deze dingen!



Het eczeem kan erger worden als je kind in contact komt met deze triggers of prikkels



Atopisch Eczeem

Wat kan je er aan doen?

Als er eczeem is: behandeling?

- Triggers vermijden
- Jeuk proberen te onderdrukken
- Huid hydrateren, cement herstellen.
- Eczeemplekken behandelende zalf
  - Antibiotica
  - Corticosteroiden
  - Topische imuunmodulatoren
  - …..

Middeltjes tegen de jeuk

- **HANDEN**
  - Nageltjes kort houden
  - Zachtjes op je huid slaan
  - Pitsen op de huid
  - Met de omgekeerde hand krabben

Middeltjes tegen de jeuk

- **KOUDE**

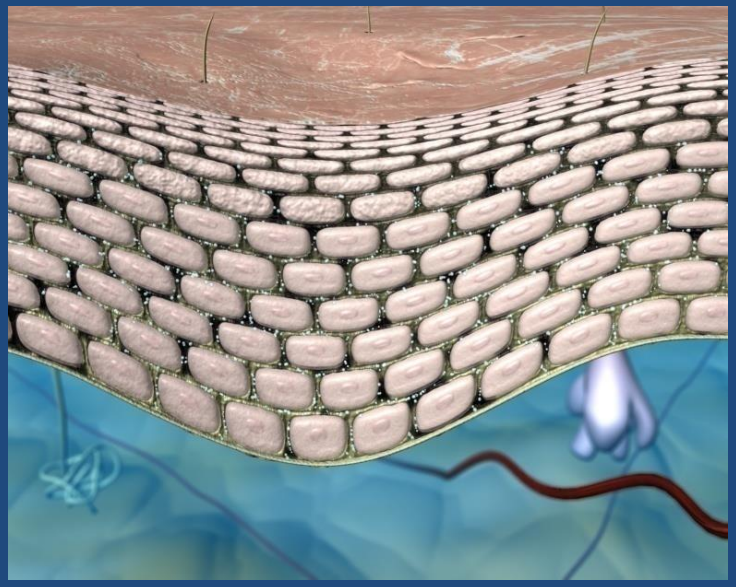
  Koude stilt de jeuk (trukjes)
  - koude steen,lepel
  - Cold pack
  - Koud badje, droogdeppen (niet wrijven want dan lok je jeuk uit) en daarna steeds emolliens
  - Spray thermaal water op de huid spuiten
  - Emolliens koud maken

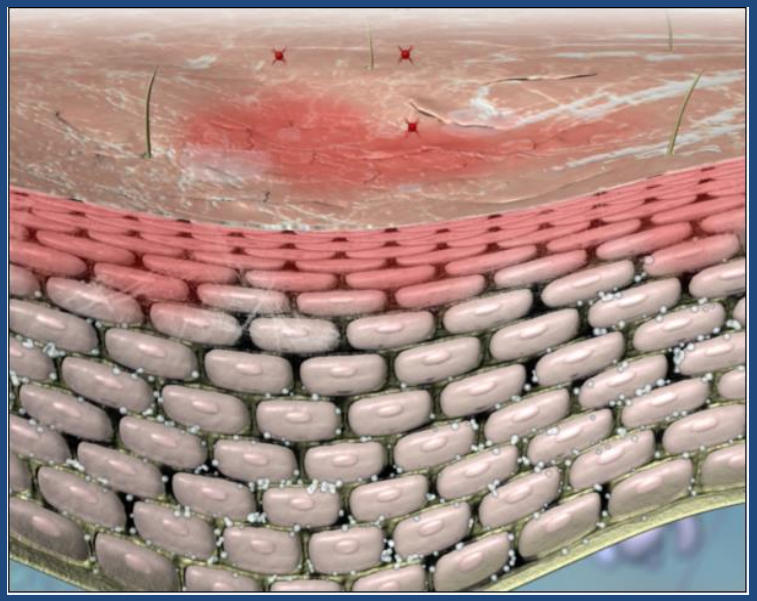
Huid hydrateren, eczeemplekken behandelen

- Gebruik badolie...
- Water max 34-35°c.
- De huid droogdeppen, niet wrijven.
- 2x per dag de huid insmeren
- De eczeemplekken behandelende zalf.

- Ook smeren als het goed gaat !!!

Het cement herstellen? Behandelende zalf?





Herstellen:
Badolie
Onderhoudscrème
Emollient of baume

Behandelende crème:
cortisone, teer, tim's

Het atopieschooltje

Ontstaan

Doel

Inkijk

ONTSTAAN

- Werken rond eczeem

- Atopieboekje
- Bezoek andere centra in het buitenland
- Eerste atopieklasje in Belgie

Dermatoloog

- Consult Dr. Castelijns
- Anamnese
- Onderzoek
- Testen
- Diagnose
- Uitleg
- Behandeling
- Opvolging

ATOPIE-KLAS

- Hulp en motivatie om de vooropgestelde behandeling goed toe te passen ….en vol te houden
- Educatie rond AD
  - Zelfzorg aanleren
  - Ouders ,familie bijstaan (psycho-sociaal)
  - Bijkomende info rond
    - Jeuk-aanpak
    - Hygiëne



THERAPIE-TROUW

Doel van de atopiescholen

“Door info en tools aan te reiken, die de zelfzorg en het omgaan met de ziekte ten goede komen, hopen we de levenskwaliteit van de eczeempatiënt én het omringende gezin positief te beïnvloeden”

WAAROM ?

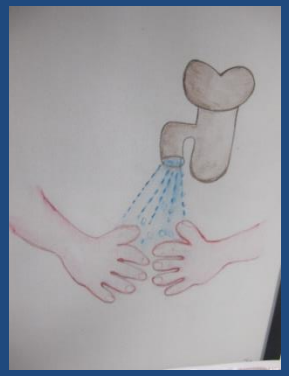
- Om eczeem beter te leren begrijpen
- Om te weten waarom het jeukt en wat we eraan kunnen doen
- Om de vervelende jeukkrab-cyclus te leren doorbreken en samen proberen het eczeem onder controle te houden

Een blik op ons klasje





HOE ?







- **Met acht gouden regeltjes**

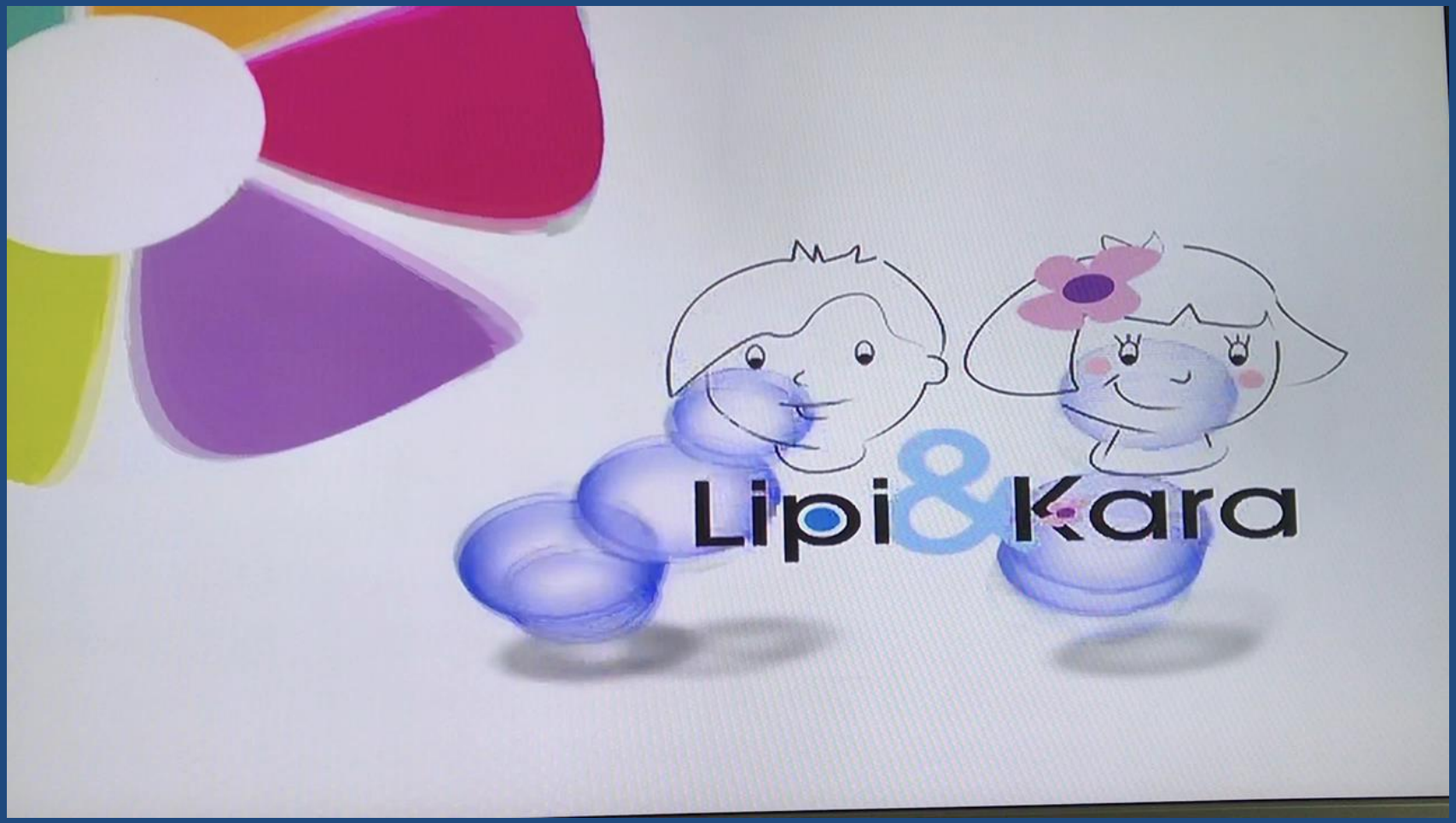











Lipi & Kara

Met dank aan Avène

