

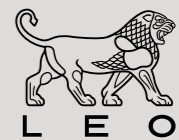
**SPREEK
JE UIT.**



**EEN GIDS VOOR HET OMGAAN
MET CHRONISCH HANDECZEEM.**

Bekijk >

Chronisch handeczeem is eczeem op handen en polsen dat niet verdwijnt binnen 3 maanden, of minstens 2 keer per jaar terugkomt.¹ Chronisch handeczeem kan alleen worden vastgesteld door een arts.



Fictieve patiënt, alleen ter illustratie.



WAT IS CHRONISCH HANDECZEEM?



Fictieve patiënt, alleen ter illustratie.

WAT IS CHRONISCH
HANDECZEEM?

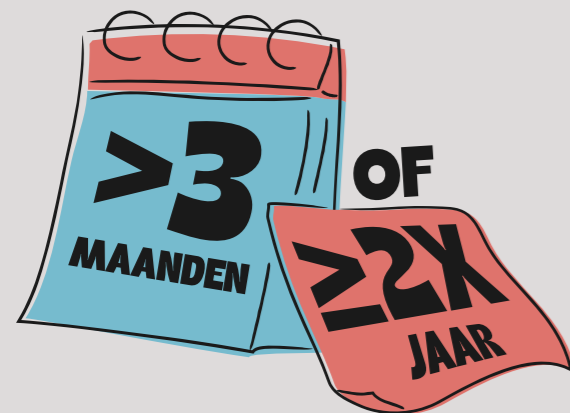
HOE GA JE
ERMAE OM?

JOUW
KLACHTENDAGBOEK

WAT IS CHRONISCH HANDECZEEM?

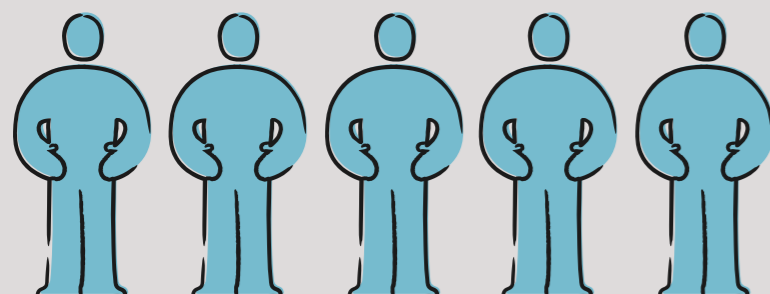


Chronisch handeczeem is eczeem op handen en polsen dat...¹



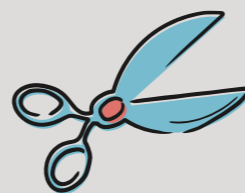
...NIET VERDWIJNT BINNEN 3 MAANDEN OF MINSTENS 2 KEER PER JAAR TERUGKOMT

Ongeveer 5% van de mensen kan chronisch handeczeem hebben.*²

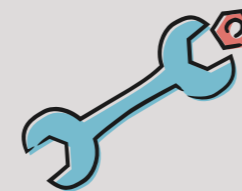


DAT IS 5 OP DE 100 MENSEN

Je hebt mogelijk een grotere kans op handeczeem als je werkt als:^{1,3,4}



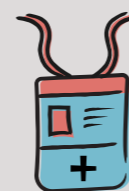
KAPPER



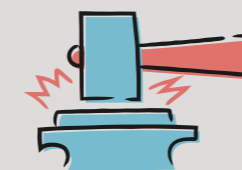
MONTEUR



SCHOONMAKER



ZORG-VERLENER



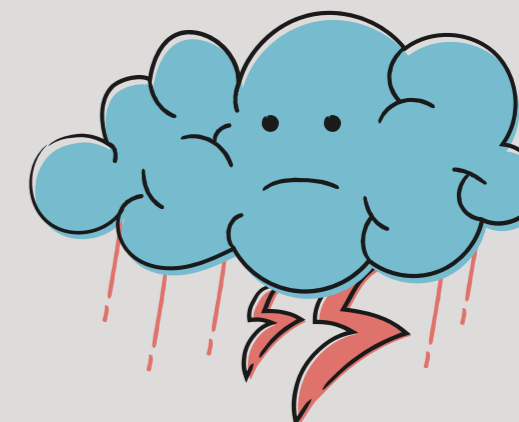
METAAL-BEWERKER OF BOUWVAKKER



SCHOONHEIDS-SPECIALIST

Chronisch handeczeem kan ontstaan door irriterende stoffen of allergenen waarmee je in contact komt op je werk. Het kan ook komen door hobby's of dagelijkse taken, zoals schoonmaken.^{1,3} Je kunt het dus krijgen, ook als je niet één van deze beroepen hebt.³ Klachten zijn bijvoorbeeld jeuk, pijn, rode huid en schilfers.⁵ De gevolgen zijn niet alleen lichamelijk, maar kunnen ook mentaal invloed hebben.^{5,6}

Mensen kunnen te maken krijgen met:



EMOTIONELE EN MENTALE VERANDERINGEN,⁷⁻⁹ EN MOETEN DAARDOOR HUN LEEFSTIJL, WERK OF DAGELIJKSE ACTIVITEITEN AANPASSEN^{6,10}

*Een studie genaamd 'CHECK' deed onderzoek naar mensen tussen de 18 en 69 jaar uit Canada, Duitsland, Frankrijk, Italië, Spanje en het Verenigd Koninkrijk. Hen werd gevraagd een online enquête in te vullen. 60.131 mensen vulden de enquête in. 4,7% van hen (2847 mensen) had chronisch handeczeem.² CHECK, Chronic Hand Eczema epidemiology, Care, and Knowledge of real-life burdens.

HOE WEET JE OF HET CHRONISCH HANDECZEEM KAN ZIJN?



Handen zouden niet de hele tijd moeten jeuken of pijn doen. Voor mensen met chronisch handeczeem is dit vaak wel het geval. Het is belangrijk om op tijd naar een dermatoloog te gaan.^{5,11}

Kan het chronisch handeczeem zijn?

De vraag hieronder kan helpen om te bepalen of jouw klachten kunnen passen bij chronisch handeczeem.¹ (Vink aan als het voor jou geldt. *)

1. Is het eczeem op je handen of polsen...



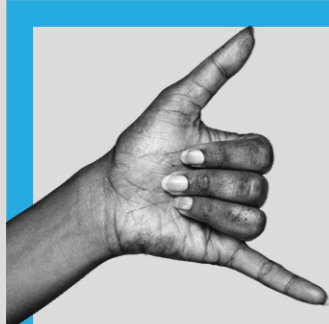
A) dat 3 maanden of langer aanwezig is geweest?

OF



B) 2 keer of vaker is teruggekomen het afgelopen jaar

*Als je 'ja' hebt geantwoord op vraag 1A of 1B, kan het om chronisch handeczeem gaan.¹ Alleen een **zorgverlener**, meestal een huisarts of dermatoloog, kan deze diagnose stellen. Deze vragenlijst is geen medisch advies. Neem bij klachten altijd contact op met een huisarts of dermatoloog.



IN HET 'KLACHTENDAGBOEK' VIND JE HANDIGE TIPS, DIE JOU KUNNEN HELPEN OM EEN GOED GESPREK MET JOUW HUISARTS OF DERMATOLOOG TE HEBBEN.

Enkele kenmerken van chronisch handeczeem benoemen

Het kan nuttig zijn om de juiste woorden te kennen om de klachten van chronisch handeczeem te beschrijven.

ERYTHEEM

Roodheid van de huid¹²

SCHILFERING

Schilfers op de huid¹²

FISSUREN

Barstjes in de huid¹²

LICHENIFICATIE

Harde, ruwe plekken van de huid die er donkerder uit kunnen zien dan de huid eromheen¹²

VESIKELS

Kleine bultjes, normaal gesproken helder en gevuld met een vloeistof¹²

OEDEEM

Zwelling van de huid¹³

HYPERKERATOSE

Verdikking van de buitenste laag van de huid¹⁴

FLARES / FLARE-UPS & UITLOKKENDE FACTOREN

Flares / flare-ups

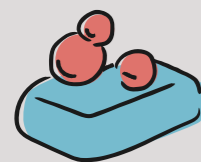
De klachten van chronisch handeczeem kunnen in de loop van de tijd veranderen. Soms worden ze minder, soms erger. Periodes waarin de klachten erger worden, worden 'flares of flare-ups' genoemd.^{5,7}

Flares / flare-ups kunnen optreden als je in contact komt met uitlokkende factoren.⁵

Uitlokkende factoren

Zijn dingen die een flare/flare-up kunnen veroorzaken. **Het kan nuttig zijn om erachter te komen welke dingen chronische handeczeem kunnen verergeren en deze dan zoveel mogelijk te vermijden.**^{1,3,15}

Uitlokkende factoren zijn voor iedereen anders. Voorbeelden hiervan kunnen zijn:



ZEEP⁵



CHEMICALIËN⁵



WERKEN MET WATER¹



ALCOHOL¹⁶



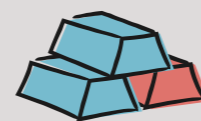
ROKEN^{1,17}



RUBBER^{1,18}



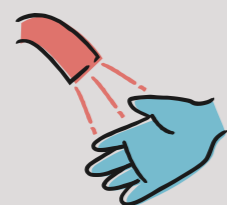
VOEDING¹⁸



METALEN^{1,18}



STRESS^{5,16}



REGELMATIG
HANDEN WASSEN⁵



HOGЕ OF LAGE
TEMPERATUUR⁵



HORMOON-
WISSELINGEN¹⁶



Als een arts chronisch handeczeem vaststelt, kan er een test worden gedaan om te ontdekken wat de klachten veroorzaakt en kunnen tips worden geven om de klachten te vermijden.

Dit is een fictieve patiënt. Alleen bedoeld ter illustratie.



HOE GA JE ERMEE OM?



Fictieve patiënt, alleen ter illustratie.

WAT IS CHRONISCH
HANDECZEEM?

HOE GA JE
ERMEE OM?

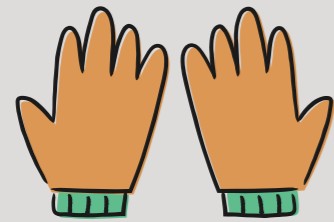
JOUW
KLACHTENDAGBOEK

WOORDENLIJST | HANDIGE LINKS EN ONDERSTEUNING | REFERENTIES

HANDECZEEM DAT BLIJFT TERUGKOMEN?^{1,19}



Chronisch handeczeem verdwijnt misschien niet helemaal, maar er zijn dingen die je kunt doen om het onder controle te houden.^{3,16}



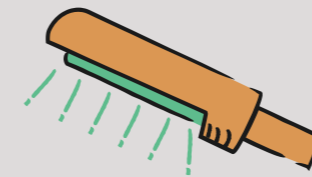
BASIS HANDVERZORGING

Als je chronisch handeczeem hebt, kan het helpen goed voor je handen te zorgen. Gebruik verzorgende crèmes of draag handschoenen als dat nodig is. Probeer stoffen, die je eczeem uitlokken, te vermijden en volg eventueel een informatieprogramma om meer te leren over je huid.^{1,3}



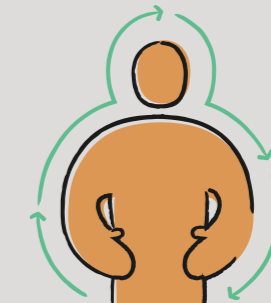
TOPISCHE BEHANDELINGEN

Topische behandelingen zijn behandelingen die je op je huid smeert, zoals lotions of crèmes.^{1,3}



FOTOTHERAPIE

Fototherapie maakt gebruik van ultraviolet (UV) licht om matig tot ernstig chronisch handeczeem te behandelen. Deze behandeling wordt uitgevoerd door specialisten in een ziekenhuis of kliniek.^{3,20}



SYSTEMISCHE THERAPIE

Systemische therapie wordt via de mond of een injectie gegeven en werkt in je hele lichaam.^{3,21}

Een zorgverlener kan uitleggen welke behandeling geschikt voor je is. Hij of zij vertelt ook wat de voordelen zijn en welke bijwerkingen kunnen optreden.

ALS JE CHRONISCH HANDECZEEM HEBT, KAN EEN ZORGVERLENER JE LANGDURIG BEGELEIDEN EN ONDERSTEUNEN BIJ DE BEHANDELING.^{1,6,11,19,22}





KLACHTEN- DAGBOEK

Fictieve patiënt, alleen ter illustratie.

WAT IS CHRONISCH
HANDECZEEM?

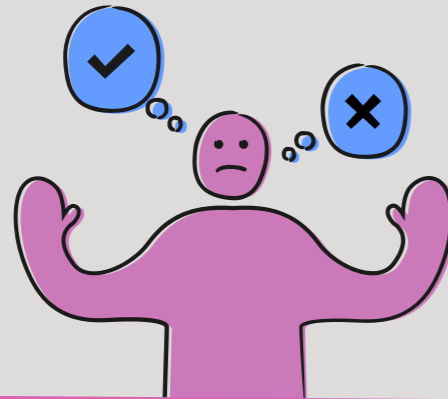
HOE GA JE
ERMAE OM?

JOUW
KLACHTENDAGBOEK

AFSPRAKEN ANNULEREN, JE HANDEN VERBERGEN, WEER VRIJ MOETEN NEMEN VAN WERK...



Soms kan het voelen alsof chronisch handeczeem elke beslissing bepaalt, groot en klein.^{6,8,22}



Praten over chronisch handeczeem, zelfs met familie en vrienden, kan moeilijk zijn. Sommige mensen met chronisch handeczeem kunnen het gevoel hebben dat hun symptomen niet ernstig genoeg zijn om een zorgverlener te raadplegen,^{6,23} of misschien dat niemand begrijpt hoe het voelt.⁶

Het kan moeilijk zijn om uit te leggen wat chronisch handeczeem met je doet, vooral omdat de klachten kunnen veranderen. Je handen zien er misschien niet zo erg uit als tijdens een eerdere flare/flare-up.⁵⁻⁷ Daarnaast kan het lastig zijn om de minder zichtbare gevolgen te bespreken, zoals de mentale, emotionele en sociale effecten.⁶



Het regelmatig opschrijven van je klachten en gevoelens helpt je om beter inzicht te krijgen in hoe chronisch handeczeem jouw dagelijks leven beïnvloedt. Het helpt je ook om dit beter met je zorgverlener te bespreken.

LICHAMELIJKE KLACHTEN

Datum gestart met bijhouden:

Datum gestopt met bijhouden:

1. Sinds je bent begonnen met bijhouden, hoe zou je op je slechtste dag de volgende klachten beoordelen op een schaal van 1 tot 5?²⁴

<i>Jeuk</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Pijn</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Barstjes</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Roodheid</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Droogheid</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Schilfering</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<i>Eventuele andere klachten</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Helemaal niet slecht Heel erg slecht



2. Hoeveel last heb je van deze klachten gehad in deze periode

1 2 3 4 5

Helemaal niet veel Heel veel

3. Hebben deze klachten je slaap verstoord?^{5,25}

1 2 3 4 5

Helemaal niet verstoord Volledig verstoord

4. hoe lang duurde jouw langste flare/flare-up? dagen

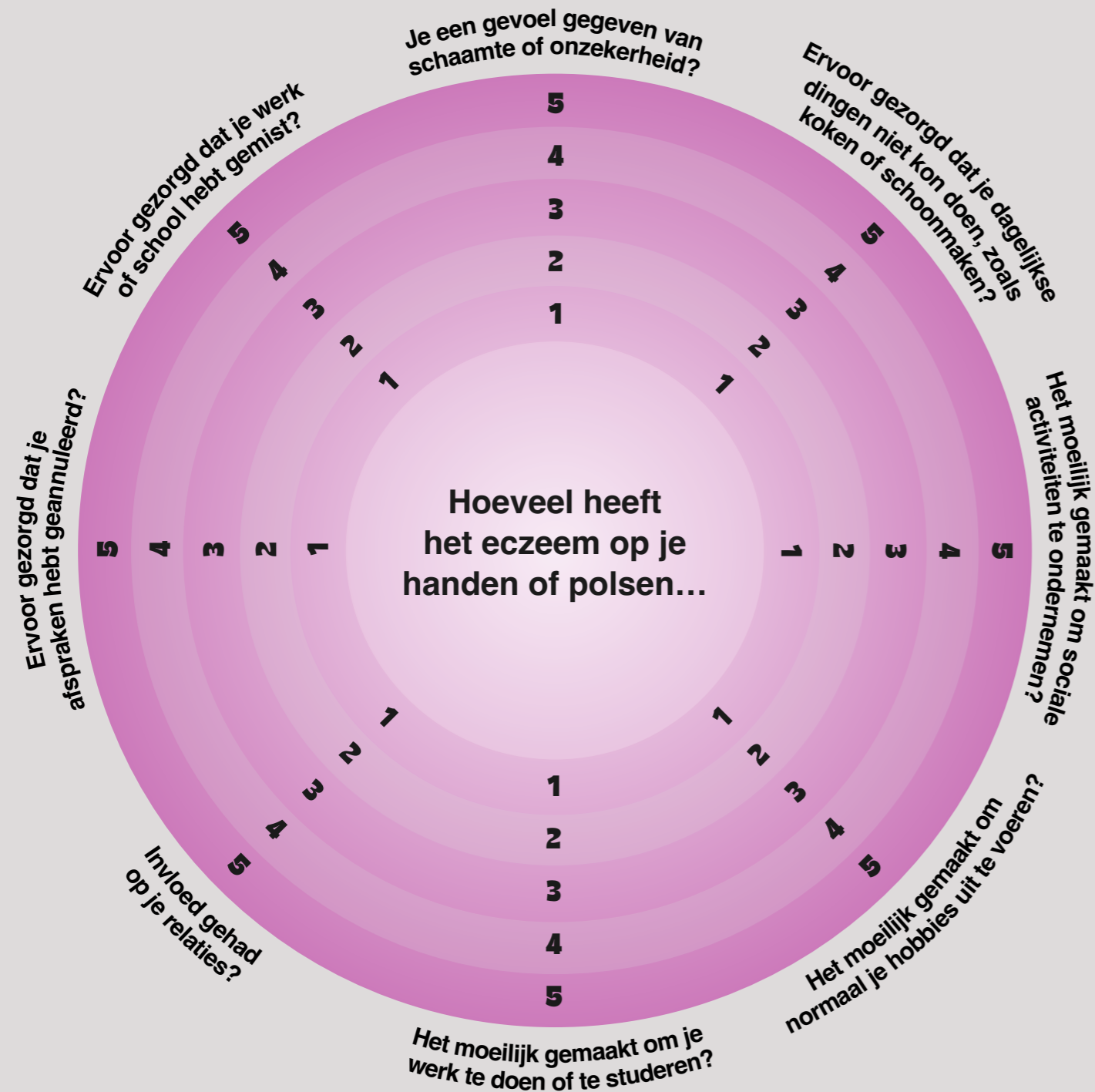
DOOR JE KLACHTEN BIJ TE HOUDEN, KUN JE MERKEN OF ZE IN DE LOOP VAN DE TIJD ERGER OF BETER WORDEN.²⁴



LATEN WE NU EENS KIJKEN NAAR DE KLACHTEN DIE NIET ALLEEN LICHAMELIJK ZIJN



Beoordeel van 1 (helemaal niet) tot 5 (heel erg of heel vaak):^{5,6}



1. Heb je uitlokkende factoren opgemerkt die een flare/flare-up veroorzaken?^{1,3,15}

2. Doe je iets om een flare / flare-up te verminderen?^{1,3,15}
Bijvoorbeeld: wegblijven van dingen die je huid irriteren, handschoenen dragen of crèmes en zalf gebruiken.

BEHANDELD OELEN



Zorg dat je realistische verwachtingen en doelen hebt voor je behandeling.¹¹

1. Wat hoop je met de behandeling te bereiken?

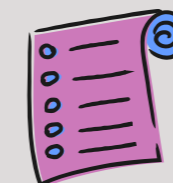
2. Maak een lijst van alle behandelingen die je eerder voor chronisch handeczeem hebt gebruikt.

3. Startdatum behandeling

4. Heb je de behandeling(en) volgens het advies van een zorgverlener gebruikt?

Behandelplan^{1,3,16,26}

(Dit kun je samen met een zorgverlener invullen)



Vraag je zorgverlener om alle allergiën die zijn gevonden op te schrijven. De namen kunnen soms lang of lastig zijn.⁷



Bedenk hoe je dingen, die een flare/ flare-up veroorzaken, kunt vermijden. Of wat je kunt gebruiken als alternatief.^{1,3}



Andere leefstijlveranderingen die je zorgverlener denkt die kunnen helpen (zoals het dragen van handschoenen of stoppen met roken)^{1,17}

Een zorgverlener kan tips geven over wat mogelijk kan helpen.



WACHT NIET TOT JE KLACHTEN JE NOG VERDER BELEMMEREN. PRAAT MET EEN HUISARTS OF DERMATOLOOG EN NEEM DE CONTROLE TERUG.⁶



Als je eczeem op je handen en polsen hebt dat **langer dan 3 maanden aanhoudt**, of vaker dan **2 keer per jaar terugkomt**, dan kan het **chronisch handeczeem** zijn.*^{1,11}

Bezoek je huisarts of dermatoloog en...

SPREEK JE UIT.

*Chronisch handeczeem kan alleen worden vastgesteld door een arts

Fictieve patiënt, alleen ter illustratie.

WOORDENLIJST

Handige woorden als je spreekt met je arts over chronisch handeczeem.

ALLERGEEN

Iets dat een allergische reactie uitlokt, zoals pollen, huisdieren of bepaalde voedingsmiddelen. Deze kunnen soms ook flares/flare-ups van eczeem veroorzaken.²⁷

ATOPISCH ECZEEM

Een andere benaming voor eczeem. Het is een huidaandoening die je huid droog en jeukerig kan maken.^{27,28}

CHRONISCH HANDECZEEM

Eczeem op je handen en polsen dat niet verdwijnt binnen 3 maanden of minstens 2 keer per jaar terugkomt.¹

BESMETTELIJK

Iets dat zich kan verspreiden van de ene persoon naar de andere persoon. Chronisch handeczeem is niet besmettelijk. Je kunt het niet oplopen zoals bij een gewone verkoudheid.^{11,29}

DERMATOLOOG

Een huidarts.²⁷

OEDEEM

Zwelling.¹³

EMOLLIËNS

Een vochtinbrengende crème die je huid zachter maakt en hydrateert.³⁰

ERYTHEEM

Roodheid van de huid.¹²

SCHEUREN

Barsten in de huid.¹²

FLARE / FLARE-UP

Momenten waarop je eczeem plots erger wordt. Je krijgt misschien meer jeuk, pijn of roodheid.^{5,7}

ZORGVERLENER

Iemand die in de zorgsector werkt als een huisarts, dermatoloog, verpleegkundige of apotheker.

HYPERKERATOSE

Extra dikke huid, alsof je huid extra lagen heeft opgebouwd.³¹

ONTSTEKING

Roodheid, zwelling, warmte en pijn op een plek in het lichaam. Het is de manier waarop je lichaam reageert op een verwonding of irritatie.²⁸

IRRITERENDE STOF

Iets dat de huid irriteert, waardoor je eczeem kan verergeren. Voorbeelden zijn zeep, schoonmaakmiddelen of bepaalde chemische stoffen.³²

LICHENIFICATIE

Verdikking en verharding van de huid, meestal veroorzaakt door herhaaldelijk krabben.¹²

PRURITUS

Jeuk.³³

FOTOTHERAPIE/PUVA/UVB

Lichttherapie behandelingen die gebruikt worden in de behandeling van eczeem.^{3,20}

SCHILFERING

Droge, schilferende huid.¹²

KLACHTEN

Signalen die jouw lichaam jou geeft. Bij chronisch handeczeem kunnen klachten zoals jeuk, roodheid, droogheid of kloofjes voorkomen. Deze klachten kunnen steeds terugkomen.²⁷

SYSTEMISCH

Medicijnen die je via je mond of injectie krijgt en die in je hele lichaam via het bloed werken.²¹

TOPISCH

Medicijnen die je rechtstreeks op je huid smeert, zoals crèmes of zalven.^{34,35}

VESIKELS

Kleine, met vocht gevulde blaasjes.¹²

WERKEN MET WATER

Beroepen of activiteiten waarbij je vaak in contact komt met water, zoals kapperswerk, schoonmaakwerk of de zorgsector. Dit kan droge handen veroorzaken en eczeem verergeren.³⁶

HANDIGE LINKS EN ONDERSTEUNING



<https://www.vmce.nl/>

Bekijk de korte video van Emma. Zij leeft al negen jaar met chronisch handeczeem.



Bekijk
de video

REFERENTIES

1. Thyssen JP, et al. *Contact Dermatitis*. 2022;86(5):357–78.
2. Apfelbacher C, et al. Poster presentation at ESCD, 2024. Poster ID: P1901.
3. Weidinger S and Novak N. *Lancet*. 2024;404:2476–86.
4. National Eczema Association. Hand Eczema: Causes, Symptoms and Treatment Options. Available at: <https://nationaleczema.org/eczema/types-of-eczema/hand-eczema/> (Accessed April 2025).
5. Grant L, et al. *Adv Ther*. 2020;37(2):692–706.
6. Ahmed A, et al. *Clin Exp Dermatol*. 2015;40(5):495–501.
7. Agner T and Elsner P. *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2020;34 Suppl 1:4–12.
8. Cortesi P, et al. *Contact Dermatitis*. 2014;70(3):158–68.
9. Elsner P and Agner T. *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2020;34 Suppl 1:3.
10. Crépy et al. Poster presentation at ECSD, 2024. Poster No. 19.
11. Rönsch H, et al. *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2023;37(7):1396–405. Erratum in: *J Eur Acad Dermatol Venereol*. 2024;38(8):1662.
12. Chiang NYZ and Verbov J. *Dermatology: A handbook for medical students & junior doctors*. 3rd ed. Garsington Road: Oxford; 2020.
13. MedlinePlus. Edema. Available at: <https://medlineplus.gov/edema.html> (Accessed April 2025).
14. Taber's Medical Dictionary. Hyperkeratosis. Available at: <https://www.tabers.com/tabersonline/view/Tabers-Dictionary/758851/2/hyperkeratosis> (Accessed April 2025).
15. National Eczema Society. Triggers for eczema. Available at: <https://eczema.org/information-and-advice/triggers-for-eczema/> (Accessed April 2025).
16. Ghio D, et al. *Br J Dermatol*. 2020;182(1):112–18.
17. Bauer A, et al. *J Dtsch Dermatol Ges*. 2023;21:1054–74.
18. Diepgen TL, et al. *J Dtsch Dermatol Ges*. 2015;13(1):e1–22.
19. Giménez-Arnau AM, et al. Poster presentation at ESCD, 2024. Poster No. 27.
20. National Eczema Society. Phototherapy. Available at: <https://eczema.org/information-and-advice/treatments-for-eczema/phototherapy/> (Accessed April 2025).
21. DermNet. Treatments: Alitretinoin. Available at: <https://dermnetnz.org/topics/alitretinoin#> (Accessed April 2025).
22. Bewley A, et al. Poster presentation at EADV, 2024. Poster No. 3.
23. Allergy UK and LEO Pharma. The Chronic Hand Eczema Patient Impact Report. Available at: <https://mc-df05ef79-e68e-4c65-8ea2-953494-cdn-endpoint.azureedge.net/-/media/corporatecommunications/uk/our-responsibility/supporting-patients/che-impact-report/the-chronic-hand-eczema-report---leo-pharma-allergy-uk.pdf?rev=81e7456b8ca44db5bbec2d2ca48f6f13&hash=7B270B7BEE21C24395DCB0E5F4844682> (Accessed April 2025).
24. Molin S, et al. *Dermatol Ther (Heidelb)*. 2024;14:643–69.
25. Kouris A, et al. *Contact Dermatitis*. 2015;72:367–70.
26. Mollerup A, et al. *Br J Dermatol*. 2013;169:1056–65.
27. NHS. Atopic Eczema. Available at: <https://www.nhs.uk/conditions/atopic-eczema/> (Accessed April 2025).
28. Bennett JM, et al. *Front Med*. 2018;5:316:1–30.
29. NIH: National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases. Atopic Dermatitis. Available at: <https://www.niams.nih.gov/health-topics/atopic-dermatitis> (Accessed April 2025).
30. NHS. Emollients. Available at: <https://www.nhs.uk/conditions/emollients/> (Accessed April 2025).
31. Taber's Medical Dictionary. Hyperkeratosis. Available at: <https://www.tabers.com/tabersonline/view/Tabers-Dictionary/758851/all/hyperkeratosis#:~:text=1.,horny%20layer%20of%20the%20epidermis> (Accessed April 2025).
32. NHS. Contact Dermatitis. Available at: <https://www.nhs.uk/conditions/contact-dermatitis/> (Accessed April 2025).
33. Pruritus Symposium. Pruritus Resources - Numeric Rating Scale. Available at: <http://www.pruritussymposium.de/numericalratingscale.html> (Accessed April 2025).
34. National Eczema Society. Topical steroids factsheet. Available at: <https://eczema.org/wp-content/uploads/Topical-steroids-Jan-25.pdf> (Accessed April 2025).
35. Bani KS and Bhardwaj K. *J Drug Deliv Ther*. 2021;11(4):105–10.
36. Lund T, et al. *Scand J Work Environ Health*. 2020. Epub ahead of print: doi:10.5271/sjweh.3876.