

Wat smeert je jezelf aan? De wondere wereld van crèmes en zalven

Annemie Galimont-Collen*

Indifferente crèmes, ook wel bekend als basiscrèmes, spelen een cruciale rol in de dermatologische zorg. Ze worden voornamelijk gebruikt om de huid te hydrateren en te beschermen, en dienen vaak als vehiculum voor actieve ingrediënten in medicinale crèmes. In Nederland worden diverse indifferente crèmes vergoed door de zorgverzekering, mits ze voorgeschreven zijn door een arts. Indifferente crèmes zijn een onmisbaar onderdeel van de huidverzorging, vooral voor mensen met chronische huidaandoeningen. Het juiste gebruik van deze crèmes kan helpen bij het hydrateren, beschermen en herstellen van de huid. Echter, niet elke indifferente crème is geschikt voor iedereen. Het is van cruciaal belang om te bepalen welke crème het beste past bij de specifieke behoeften van de patiënt.

Samen met de patiënt!

De keuze begint met een grondige evaluatie van de huidconditie van de patiënt. Het gebruiksgemak en de persoonlijke voorkeur van de patiënt moeten in overweging worden genomen. Door samen te werken met patiënten en hen te begeleiden in het proces van het kiezen van de juiste indifferente crème, kunnen zorgverleners bijdragen aan een betere huidgezondheid en het welzijn van hun patiënten. Het is deze gezamenlijke inspanning die ervoor zorgt dat patiënten niet alleen de juiste producten gebruiken, maar zich ook gesteund en begrepen voelen in hun zoektocht naar de beste zorg voor hun huid.

De huid

De huid (foto 1) is meer dan een omhulsel van ons lichaam; het is een complexe barrière die ons beschermt tegen schadelijke invloeden van buitenaf, zoals water, schadelijke stoffen en infecties. Daarnaast reguleert de huid onze lichaamstemperatuur, vochtigheidsgraad en zorgt het ervoor dat we kunnen voelen door middel van de tastzin. Bovendien speelt de huid een rol in onze identiteit en ons uiterlijk.

De huid bestaat uit drie lagen: de opperhuid (epidermis), de lederhuid (dermis) en het onderhuids bindweefsel (subcutis). De epidermis, de buitenste laag, heeft een belangrijke barrièrefunctie. Het beschermt tegen waterverlies door verdamping dankzij de huidcellen en de vetlaag die het bevat.

De verschillende soorten huid

De normale huid voelt zacht en glad aan en heeft een frisse uitstraling met een heldere en roze teint. De huid is niet te vet en niet te droog, heeft geen rode vlekken en voelt na

het baden en douchen niet trekkerig aan.

Als de barrièrefunctie van de huid vermindert dan is de huid gevoeliger voor invloeden van buitenaf, zoals voor irritaties en voor infecties. Daardoor is de huid sneller geïrriteerd. De huid wordt rood, ruw, trekkerig, schilferig en jeukend. Voor de verzorging van dit huidtype zijn met name crèmes geschikt met een sterk hydraterende en licht vettende, verzorgende en beschermende werking. De zeer droge huid heeft een groot tekort aan vocht en vet. De huid voelt erg ruw en stroef aan en gaat ook schilfer-tjes, rode vlekken en rimpeltjes vertonen. Ook jeukklachten kunnen hiermee samengaan. Voor de verzorging van dit huidtype zijn met name vettende crèmes en zachte, goed smeerbare zalven geschikt met een sterk hydraterende en vettende verzorgende en beschermende werking.

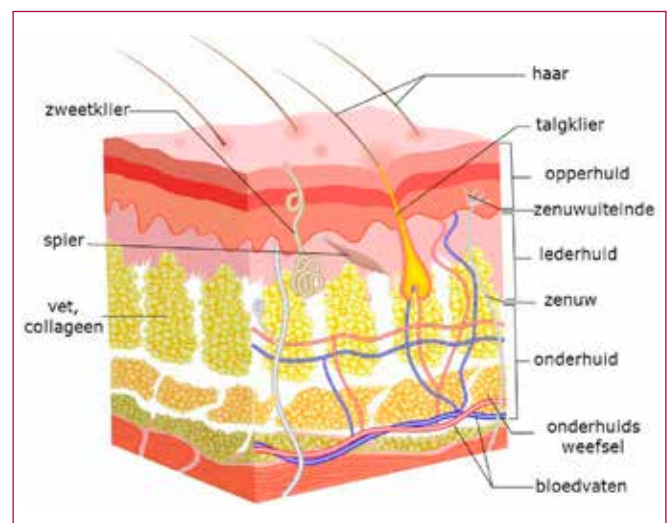
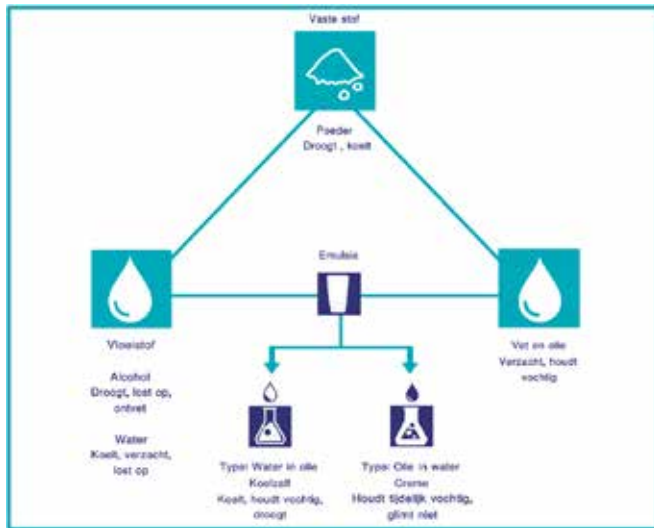


Foto 1. De huid.

Indifferente therapie

De huid kan verzorgd worden met indifferente therapie. Met indifferente therapie worden neutrale crèmes en zalven, basiszalven en vettende crèmes bedoeld. Crèmes en zalven kunnen gemaakt worden uit drie verschillende bestanddelen, met name waterproducten, vet-/olieachtige producten en vaste producten (figuur 1). Water en vet vormen een emulsie (olie in water of water in olie-emulsie). Water en vast vormen een lotion. Vast en vet vormen een pasta.



Figuur 1. Drie basisbestanddelen (constituentia) in verschillende combinaties waardoor producten met verschillende consistenties ontstaan.

De samenstelling van de verschillende soorten indifferente therapie

Water- en vetemulsie

Water en vet kan je met elkaar mengen door middel van een emulgator. Een emulgator zorgt ervoor dat het water en de olie in elkaar als fijne druppels verdeeld kunnen worden zodat er een hydrofiele (O/W) of hydrofobe (W/O) emulsie of crème ontstaat.

Een hydrofiele emulgator mengt olie in water (O/W). Het water zit dan aan de buitenkant (continue fase) en de olie aan de binnenkant (disperge fase) als fijne druppeltjes in het water. Een O/W crème is een hydrofiele crème op waterige basis. Hierdoor verkoelt de huid door verdamping, droogt de huid in bij een hoog watergehalte en is de crème cosmetisch omdat er geen vetlaag achtergelaten wordt. Een hydrofiele crème verzacht en beschermt. De hydrofiele O/W crème is goed afwasbaar, dus na contact met water moet de huid weer ingesmeerd worden. Voorbeelden van hydrofiele emulgatoren zijn: cetareth-20, cetaryl alcohol, alcohol cetylicus et stearyllicus emulsificans, en cetostearyl alcohol.

Bij een halfvast smeerbaar preparaat met veel water krijgt men een emulsie die op het behaarde hoofd gebruikt kan worden (cetomacrogolsmeersel en lanettesmeersel).

Een hydrofobe emulgator mengt water in olie (W/O). De olie zit dan aan de buitenkant (continue fase) en het water aan de binnenkant (disperge fase) als fijne druppeltjes in de olie. Eenmaal op de huid aangebracht vormt de olie een film die een milde occlusie veroorzaakt, met hydratatie tot gevolg. Een W/O crème voelt vet aan en laat een vetlaagje achter omdat deze W/O crème op vetbasis is. Een W/O crème wordt gebruikt om dehydratatie te voorkomen. Juist bij een droge huid is de dikte van de zeer droge huidlaag relatief groter dan bij een normale huid. Een hydrofobe crème is de beste optie om deze barrière te slechten en daardoor een optimale penetratie van de epidermis te bereiken.

Een hydrofobe W/O crème is niet goed afwasbaar.

Voorbeelden van hydrofobe emulgatoren zijn: adeps lanae (wolvet, lanoline), cetaceum, eucerine, cera alba (bijenwas) en monoleïne (glycerol oleate).

Vast en vet

Halfvast smeerbare preparaten dringen niet in de huid, maar sluiten de huid af en beschermen de huid. Ze voelen vettig aan.

Vette zalven

Deze zalven bevatten uitsluitend een vetfase en deze mengen zich niet met water. Witte vaseline en vaselineparaffine zijn vette zalven. Deze dekken de huid af en laten geen waterverdamping toe. Glycerine verhoogt de smeerbaarheid.

Wateremulgerende zalven

Deze zalven bevatten uitsluitend een vetfase, maar wel met de eigenschap dat ze water kunnen opnemen om zo een W/O systeem te vormen dat zich als een hydrofobe crème gedraagt. Ze bevatten een emulgator en zijn dus mengbaar met water (kunnen in het bad en op een vochtige huid gebruikt worden) en zijn afwasbaar. Een voorbeeld is adeps lanae.

Water en vast

Hydrofiele zalven of hydrogels zijn goed smeerbare, halfvaste preparaten. Ze bestaan uit een heldere hydrofiele vloeistof (water, glycerol, propyleenglycol, alcohol) met een verdikkingsmiddel (carbomeer, hypromellose, methylcellulose) dat de viscositeit verhoogt. Ze laten geen vetlaag achter. Ze verkoelen door verdamping. Ze zijn waterafwasbaar en drogen in. Ze laten geen zichtbare laag achter en zijn makkelijk smeerbaar.

Een hydrofiele vloeistof (water of alcohol) met een vaste stof erin geeft een schudsel of een schudmengsel. Het

verkoelt door verdamping, droogt in en laat een poeder achter.

De keuze van een indifferente therapie

In het algemeen wordt gesteld dat hoe droger de huid, hoe vetter de basis. Dit gaat echter niet in alle gevallen op. Er spelen meer factoren mee.

Een vette zalf leidt tot afsluiting, het plakt niet aan een natte huid en het is slecht voor de kleding. Occlusie belemmert de afscheiding van de huid van water, talg, huidcellen en zweet en leidt tot irritatie.

De hydratietoestand van de huid kan helpen in het maken van een keuze (figuur 2).



Figuur 2. Hydratietoestand van de huid en toedieningsvorm.

Droge huidaandoeningen

Bij droge huidaandoeningen is er een voorkeur voor hydrofobe crèmes en zalven. Deze sluiten de huid als het ware af. Het continue transport van water door de huid wordt aan de oppervlakte geblokkeerd. Na korte tijd kan het water de oppervlakte niet meer bereiken door ophoping van vocht en derhalve treedt een endogene hydratatie van de buitenste huidlagen op.

Nattende huidaandoeningen

Bij nattende huidaandoeningen gebruikt men bij voorkeur bases waarbij watermoleculen aan de buitenzijde van de productstructuur zijn gepositioneerd: oplossingen, emulsies en crèmes. Deze zorgen voor een verkoelend en

indrogend effect door verdamping van het water. Dit effect is het grootst bij oplossingen en emulsies, maar ook hydrofiele crèmes geven dit effect. Het is uiteindelijk de verhouding olie/water die bepaalt in welke mate indroging optreedt. Bij erg nattende huidaandoeningen gaat de voorkeur naar het gebruik van vochtige omslagen (hydrofiele gazen/scheurlinnen gedrenkt in fysiologisch zout of (gekookt) kraanwater, ZOK-zalf FNA (zinkoliealkwater-zalf) of lotio alba.

Ook het in te smeren lichaamsdeel bepaalt mede de keuze (figuur 3). Op behaarde lichaamsdelen, het gelaat en de handen zijn te vette producten onaangenaam. Houd hier rekening mee met de keuze van het product.

Voorkeur patiënt en therapietrouw

Iedere patiënt heeft een persoonlijke voorkeur qua basiszalfen. Het gebruik van een basiszalf die als prettig wordt ervaren is van groot belang voor de therapietrouw.

De cosmetische eigenschappen van een product zijn voor een patiënt een belangrijke motivatie voor therapietrouw. Meermaals daags een vette zalf smeren die een laagje op de huid vormt, de handen plakkerig maakt en vlek in de kleding zal men niet lang volhouden.

Ook de omgevingsfactoren, waaronder bijvoorbeeld het tijdstip van de dag en het seizoen.

Ook andere zaken zijn van belang om rekening mee te houden. Zo kunnen zalven of vette crèmes voor gebruik op het gezicht of de handen te vet zijn voor gebruik gedurende de dag. In de avond een vette zalf smeren en in de ochtend een crème is mogelijk een goede optie. De crème voelt namelijk minder vet, glimt minder en trekt sneller in. Het voordeel van een crème is dat deze vaak cosmetisch aanvaardbaarder is dan een zalf en daarmee fijner voor gebruik overdag. Een zalf glimt en is erg vet en daarmee zeer goed voor de behandeling van een droge huid, maar voor overdag in de praktijk niet altijd haalbaar.

Ook het seizoen is van invloed op de keuze van basiszalf.

Tabel 2.1 Basispreparaten, hun toepassing en effect bij verschillende huidcondities

Conditie huid	Vorm	Effect	Preparaten, bases	Type emulsie*
nat	zinkoxide in verschillende basispreparaten	indrogend	Zinkoxidesmeersel Zinkoxidekalkwaterzalf (ZOK-zalf)	w/o
	water of oplossing in vochtige omslag	indrogend	Water of fysiologische zoutoplossing	-
niet nat, niet droog	crème	neutraal	Cetomacrogolcrème Lanettecrème I/II	o/w o/w
	vette crème	hydraterend	Vaselinecetomacrogolcrème Vaselinelanettecrème Cetomacrogolcrème met vaseline Lanettecrème met vaseline	o/w o/w o/w o/w
droog	zalf	hydraterend	Koeizalf Waterhoudende zalf	w/o w/o
	zeer droog	sterk hydraterend	Cetomacrogolzalf Lanettezalf Vaselineparaffinezalf I/II Vaseline	- - - -

natte behaarde hoofdhuid	oplossing of gel	indrogend	Mengsels van water, alcohol en propyleenglycol Carbomeerwatergel	- -
	vette zalf	hydraterend	75% Basis voor cetomacrogolzalf met 25% decyloleaat (Cetiol V) 75% Basis voor lanettezalf met 25% decyloleaat (Cetiol V)	o/w o/w
droge behaarde hoofdhuid	crème	neutraal	Cetomacrogolcrème Lanettecrème I/II	o/w o/w
	smeersel	indrogend	neutraal/indrogend Lanettesmeersel	o/w o/w
mondslimvies	zalf	hechtend	Hypromellosezalf 20%	-

Figuur 3. Keuze matrix Dermatica op recept 2017.

In de zomer is het gebruik van zalven en vetcrèmes vaak minder wenselijk vanwege het occlusieve effect dat bij warmte niet prettig is.

Aanbrengen van crème of zalf

Smeer de crème of zalf gedurende tien seconden uit. Hoe gemakkelijk smeert de crème of zalf zich uit tijdens het smeren? Het kan variëren van absoluut niet gemakkelijk tot heel gemakkelijk. Vormt de crème of zalf een witte laag tijdens het smeren? Dit kan gaan van een witte laag die lang zichtbaar blijft tot totaal geen witte laag.

Wordt tijdens het smeren een geur waargenomen? Dit kan variëren van zeer onaangenaam of sterk aanwezig tot aangenaam of niet aanwezig. Na het smeren van de crème of zalf: laat de crème of de zalf na het smeren het laagje vet op de huid achter dat de huid nodig heeft? Dit kan variëren van een overmatig vette laag tot de gewenste vette laag.

Laat de crème of de zalf na het smeren een hinderlijke plakkerige laag achter? Dit kan gaan van een hinderlijke plakkerige laag tot totaal geen plakkerige laag. Trekt de crème of zalf snel of langzaam in de huid? Dit kan variëren van veel te langzaam tot heel snel. Hoe comfortabel voelt

de crème of de zalf na het smeren op de huid? Dit kan gaan van absoluut niet comfortabel tot heel comfortabel.

Gebruik dit stappenplan om patiënten te begeleiden bij het maken van een keuze voor de juiste crème of zalf (figuur 4).

Conclusie

Het kiezen van de juiste crème of zalf is essentieel voor het behoud en herstel van een gezonde huid. Door rekening te houden met de conditie van de huid, persoonlijke omstandigheden, het type eczeem, de cosmetische eigenschappen van het product en omgevingsfactoren, kan een optimale keuze gemaakt worden die bijdraagt aan een effectieve huidverzorging en -bescherming. Met de juiste kennis en de juiste producten kan de huid haar barrièrefunctie behouden en blijven stralen.

**Annemie Galimont-Collen, dermatoloog dermaTeam/Bravis, Roosendaal.*

The image shows a patient assessment form titled 'Ervaar de crème' (Experience the cream) from the website www.onlinedermatologie.nl. The form is designed to help patients evaluate the application of cream or ointment. It contains several sections with questions and corresponding scales:

- Section 1: Application ease**
 - Question: 'Hoe gemakkelijk smeert de crème of de zalf zich uit tijdens het smeren?' (How easy is it to spread the cream or ointment during application?)
 - Scale: 'Absoluut niet gemakkelijk' (Absolutely not easy) to 'heel gemakkelijk' (Very easy)
- Section 2: White layer formation**
 - Question: 'Vormt de crème of de zalf een witte laag tijdens het smeren?' (Does the cream or ointment form a white layer during application?)
 - Scale: 'Witte laag blijft lang zichtbaar' (White layer remains visible for a long time) to 'niet of geen witte laag' (None or no white layer)
- Section 3: Scent perception**
 - Question: 'Ervaart u een geur tijdens het smeren?' (Do you experience a scent during application?)
 - Scale: 'Zeer onaangenaam/sterk aanwezig' (Very unpleasant/strongly present) to 'aangenaam/niet aanwezig' (Pleasant/not present)
- Section 4: Post-application skin feel**
 - Question: 'Na het smeren van de crème of de zalf:' (After application of the cream or ointment:)
 - Sub-question: 'Laat de crème of de zalf na het smeren het laagje vet op de huid achter dat uw huid nodig heeft?' (Does the cream or ointment leave the layer of fat on the skin that your skin needs?)
 - Scale: 'Overmatig vette laag' (Excessively fatty layer) to 'gewenste vette laag' (Desired fatty layer)
 - Sub-question: 'Laat de crème of de zalf na het smeren een hinderlijke plakkerige laag achter?' (Does the cream or ointment leave a bothersome sticky layer after application?)
 - Scale: 'Hinderlijke plakkerige laag' (Bothersome sticky layer) to 'niet of geen plakkerige laag' (None or no sticky layer)
 - Sub-question: 'Trekt de crème of de zalf snel of langzaam in de huid?' (Does the cream or ointment absorb quickly or slowly into the skin?)
 - Scale: 'Veel te langzaam' (Too slow) to 'heel snel' (Very fast)
- Section 5: Comfort level**
 - Question: 'Hoe comfortabel voelt de crème of de zalf na het smeren op uw huid?' (How comfortable does the cream or ointment feel on your skin after application?)
 - Scale: 'Absoluut niet comfortabel' (Absolutely not comfortable) to 'heel comfortabel' (Very comfortable)

The form includes the 'smeer'm' logo, copyright information for Dr. A. Galimont, and a version date of April 2019.

Figuur 4. Stappenplan 'Ervaar de crème'.