

Podcast; betrouwbare informatie

Als kind had Ellen Kruize Kok (36) zelf last van eczeem. "Ik weet hoe vervelend het kan zijn", schrijft ze in de aankondiging van de podcastaflevering *Geheimen van een eczeemexpert onthuld*. "Hoewel mijn klachten nu zijn afgenomen, ken ik nog steeds mensen die er veel last van hebben."

Inmiddels is zij apothekersassistent én vertelt ze op verschillende manieren over haar werkervaringen. Ze schreef er een boek over en maakt sinds 2023 de *Educated Drug Dealer Podcast*, een podcastserie die is bestemd voor collega's en patiënten. In aflevering 15 (terug te luisteren in een podcast-app naar voorkeur) spreekt ze met dermatoloog Annemie Galimont (Bravis Ziekenhuis).

Aan bod komen de oorzaken van eczeem en factoren die de aandoening kunnen verergeren. Ook spreken ze over onderzoeken die een dermatoloog uitvoert bij vermoedelijk eczeem en over zelfzorgtips.

"We hebben het verder over behandelingsopties, inclusief het gebruik van corticosteroiden", aldus Kruize Kok, "het belang van betrouwbare informatiebronnen en het vermijden van



Foto: Annet Eveleens

desinformatie. En wist je dat bijna 80 procent van de patiënten verkeerde informatie krijgen over het gebruik van deze middelen? Het kan leiden tot angst voor deze crèmes, terwijl dat eigenlijk niet nodig is. De app *Zalf Smeerwijzer* is ontwikkeld om te helpen bij het juiste gebruik van medicijnen." (zie ook hieronder, red.)

Pas de vingertopmethode toe met de Zalf smeewijzer App

Hormoonzalf is de hoeksteen van de behandeling van eczeem. Om dan optimaal effect te hebben, is het belangrijk dat je deze gebruikt volgens de gegeven adviezen. Toch gaat het smeren in de praktijk vaak mis. Om je goed voor te lichten over het gebruik van hormoonzalfen is de app *Zalf smeewijzer* ontwikkeld.



Scan de QR code voor de app!

Wat biedt de app?

- ✓ Stapsgewijze instructies via tekst en animaties
- ✓ Vingertopmethode als maateenheid voor nauwkeurige toepassing
- ✓ Begeleiding bij het op- en afbouwen van zalfen met een persoonlijk behandelplan.



Initiatief van verpleegkundig specialisten Jette de Groot en Florine Schuster-Raymakers van het Nationaal Expertise Centrum Constitutioneel Eczeem. Onder andere de VMCE maakt de realisatie ervan mogelijk.