



Meer weten

Deze folder is onderdeel van een serie informatiefolders, die wordt uitgegeven door Alphega apotheek. Deze folders zijn ook online beschikbaar op www.alphega-apotheek.nl.

Wilt u meer weten over dit onderwerp, uw gezondheid of de geneesmiddelen die u gebruikt? Kom dan gerust eens langs bij Alphega apotheek. Wij adviseren u graag.

Ook voor geneesmiddelen die u zonder recept koopt, raden we aan te laten controleren of deze samengaan met eventuele andere geneesmiddelen die u al gebruikt. Geef het gebruik van deze zogeheten zelfzorgmiddelen dan ook altijd door aan uw apotheek.



altijd dichtbij

www.alphega-apotheek.nl

Jeuk

Wat kunt u er zelf aan doen?

Vraag ons gerust om advies



altijd dichtbij

www.alphega-apotheek.nl

Jeuk

Jeuk is een onaangenaam gevoel van de huid dat meestal aandrang geeft tot reflexmatig krabben of wrijven. Mensen zeggen soms dat jeuk erger is dan pijn.

Klachten en symptomen

Het krabben of wrijven bij jeuk kan huidbeschadigingen tot gevolg hebben. Hierdoor kan gemakkelijk een bacteriële infectie ontstaan. Vaak gaat jeuk gepaard met roodheid van en bultjes op de huid. Aanhoudende jeuk kan het normaal functioneren ernstig belemmeren.

Oorzaken

Jeuk kan verschillende oorzaken hebben:

- te droge huid
- huidaandoeningen zoals eczeem of psoriasis
- allergie
- suikerziekte
- gebruik van bepaalde geneesmiddelen
- insecten of kwallenbeten
- contact met bepaalde producten (wol) of planten (brandnetels)
- zon
- wondgenezing
- bepaalde ziekten

Wanneer moet u een arts raadplegen?

Bij aanhoudende of regelmatig terugkerende jeuk doet u er goed aan een arts te raadplegen.

Wat kunt u er zelf aan doen?

Hoewel vaak makkelijker gezegd dan gedaan: probeer niet te krabben. Concentreer u op iets anders. Knip de nagels kort en houd ze goed schoon. Soms wordt jeuk erger door warmte of kleding. Probeer hier rekening mee te houden. Verder kunnen een koude douche of natte omslagen (bijv. washandjes met eventueel ijsklontjes erin) de klachten verlichten.

Ouderen hebben vaak jeuk die veroorzaakt wordt door een zéér droge huid. Dit kan worden voorkomen door de huid dagelijks in te smeren met een verzachtende crème of zalf.



Geneesmiddelen

Geneesmiddelen die verkoelen of plaatselijk verdoven kunnen effectief zijn bij jeuk. Er zijn gels met menthol en verkoelende of plaatselijk verdovende zalven en vloeistoffen verkrijgbaar. Welk middel u kiest, is afhankelijk van uw persoonlijke voorkeur, de plaats van de jeuk, uw leeftijd en de oppervlakte van het jeukgebied.

U kunt deze middelen niet gebruiken als de huid beschadigd is. Soms neemt de jeuk alleen maar toe door het insmeren van de huid. Dit kan veroorzaakt worden door een allergische reactie op een stof in het middel. U kunt dit controleren door het gebruik tijdelijk te staken.

Kinderen jonger dan twee jaar mogen geen mentholbevattende producten gebruiken. Menthol kan bij jonge kinderen benauwdheid veroorzaken.