# Afbouwschema's hormoonzalf

X = smeren met hormoonzalf
O = geen hormoonzalf smeren

## Standaard afbouwschema

Start met 2 keer per dag gedurende 1 week met smeren en ga dan pas afbouwen met smeren.

| | Week 1 | | Week 2 | Week 3 | Week 4 | Week 5 | Week 6 | Week 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Zaterdag** | X | X | X | O | O | O | O | O |
| **Zondag** | X | X | X | O | O | O | O | O |
| **Maandag** | X | X | X | X | O | O | O | O |
| **Dinsdag** | X | X | X | X | X | O | O | O |
| **Woensdag** | X | X | X | X | X | X | O | O |
| **Donderdag** | X | X | X | X | X | X | X | O |
| **Vrijdag** | X | X | X | X | X | X | X | X |
| | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen |

## Afbouwschema, als afbouwen niet lukt (eczeem vlamt op)

Volg dit schema, als afbouwen niet lukt

| | Week 1 | | Week 2 | Week 3 | Week 4 | | Week 5 | Week 6 | Week 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Zaterdag** | X | X | X | O | O | | X | X | X |
| **Zondag** | X | X | X | O | O | | X | X | X |
| **Maandag** | X | X | X | X | O | | X | O | O |
| **Dinsdag** | X | X | X | X | ☆ | | X | O | O |
| **Woensdag** | X | X | X | X | X | X | X | X | O |
| **Donderdag** | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| **Vrijdag** | X | X | X | X | X | X | X | X | X |
| | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | ☆ Eczeem vlamt op! | | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen |

## Snel afbouwschema (bij een snelle verbetering na 3 à 4 dagen)

Volg dit schema bij een snelle verbetering van het eczeem (huidis na 3 à 4 dagen s meren weer rustig)

| | Week 1 | | Week 2 | Week 3 | Week 4 | Week 5 | Week 6 | Week 7 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Zaterdag** | X | X | X | O | O | O | O | O |
| **Zondag** | X | X | O | O | O | O | O | O |
| **Maandag** | X | X | O | O | O | O | O | O |
| **Dinsdag** | X | X | X | X | X | X | X | X |
| **Woensdag** | X | | X | X | X | O | O | O |
| **Donderdag** | X | | X | X | O | O | O | O |
| **Vrijdag** | X | | X | O | O | O | O | O |
| | Huid rustig? Jeuk weg? Ga ve rder met afbouwen | | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen | Huid rustig? Jeuk weg? Ga verder met afbouwen |