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 smeren 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 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