

Medicinale zalf starten, afbouwen en onderhouden

Van uw arts krijgt u twee zalven: een neutrale zalf en een medicinale zalf.

Met de neutrale zalf smeert u de vulva en penis in. Doe dit vanaf week 1 minimaal 2 x per dag. Zo blijft de huid minder droog en strak, tevens verbetert het de opname van de medicinale zalf.

Met de medicinale zalf behandelt u de Lichen Sclerosus.

De zalf moet het zieke gebied bedekken, smeer niet te veel en niet te weinig!

Smeer de medicinale zalf liefst voor het slapen gaan maar niet tegelijk met de neutrale zalf, laat daar altijd minimaal 30 minuten tussen zitten. Of smeer de neutrale zalf in de ochtend of op een ander moment op de dag.

Om de medicinale zalf af te bouwen en te onderhouden, kunt u de schema's gebruiken.

Dit zijn veel gebruikte schema's waar u zelf in kunt variëren.

Bij het startschema is het belangrijk dat u zelf goed in de gaten houdt of en wanneer de klachten verminderen.

* Is de jeuk/pijn weg ?

* Wordt de huid weer rustig?

Ga dan naar het afbouwschema, bij de één duurt dat 3 weken en bij de ander 6 weken, dus pas dat zelf aan.

Bij het afbouw- en onderhoudsschema is het ook aan u zelf om uit te vinden hoeveel dagen u opeenvolgend moet smeren en hoeveel opeenvolgende dagen u kunt stoppen om klachtenvrij te blijven. Meestal varieert het van 3 á 4 dagen opeenvolgend wel smeren en 4 á 3 dagen opeenvolgend niet smeren.

Lukt het afbouwen niet? Bij een opvlamming of verslechtering van de LS, bouwt u niet verder af. Ga dan terug naar het startschema, tot de LS weer rustiger wordt!

Waarom is dit zalfschema zo belangrijk?

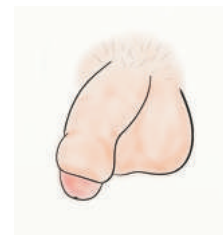
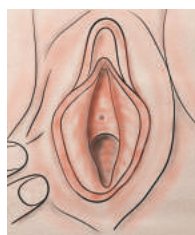
Onderhoudsbehandeling van LS vermindert:

- Klachten zoals jeuk en pijn bij het vrijen
- Verandering in de anatomie/architectuur van de vulva/penis
- Het risico op (vulva)kanker

Hoeveelheid medicinale zalf in VTE's

Wie de aanbevolen hoeveelheid zalf smeert, smeert niet te veel en niet te weinig.

Een volwassen vingertop (VTE) is te gebruiken als maateenheid. Eén vingertop is ongeveer gelijk aan 0,5 gram zalf uit een tube met een standaardtuitje.



1 á 1,5 vingertop is genoeg voor:

de hele vulva

de hele penis