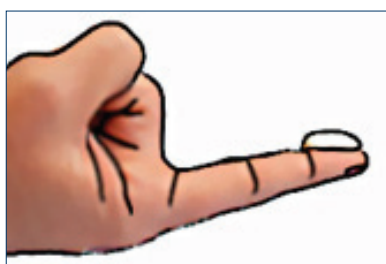


# Corticosteroiden: niet dun smeren, maar per FTU

Bij het smeren van een corticosteroid is het belangrijk dat de patiënt de juiste hoeveelheid gebruikt. Te dik smeren zorgt voor bijwerkingen. Tot voor kort stond daarom op het etiket van een tube crème of zalf de etikettekst “dun op de huid aanbrengen”. Te dun smeren zorgt er echter voor dat het middel onvoldoende werkt. De etikettekst is daarom achterhaald. Per 1 juni 2013 is deze dan ook van het etiket verdwenen. Hoe weet je dan wat de juiste hoeveelheid is? Een handig hulpmiddel bij het smeren van corticosteroiden is de ‘Finger Tip Unit’.

## Wat is een Finger Tip Unit?

Een Finger Tip Unit (vingertoppeenheden) of FTU is een hoeveelheid die overeenkomt met een streepje crème of zalf dat net zo lang is als het vingertopje van een volwassene:



Eén zo'n FTU is ongeveer 0.5 gram crème of zalf. Om een lichaamsdeel in te smeren heb je één of meerdere FTU's nodig. Door het juiste aantal FTU's te smeren, voorkom je zowel onder- als overdosering en smeert de patiënt precies de hoeveelheid crème of zalf die hij nodig heeft.

## Hoeveel FTU moet je smeren?

Als je weet hoe groot het lichaamsoppervlak is dat moet worden ingesmeerd, dan weet je ook hoeveel FTU je ongeveer nodig hebt om voldoende te smeren. In onderstaande tabel vind je een overzicht dat je kunt gebruiken om uit te leggen hoeveel crème of zalf iemand moet smeren.

Leeftijd	Aantal FTU per keer smeren					Hele lichaam
	Hoofd en hals	Arm en hand	Been en voet	Romp (voorkant)	Rug en billen	
Volwassene	2.5	4 (alleen hand: 1)	8 (alleen voet: 2)	7	7	40.5
Kind 6 - 10 jaar	2	2.5	4.5	3.5	5	24.5
Kind 3 - 5 jaar	1.5	2	3	3	3.5	18
Kind 1 - 2 jaar	1.5	1.5	2	2	3	13.5
Kind 3 - 12 maanden	1	1	1.5	1	1.5	8.5

Soms is het oppervlak dat de patiënt moet insmeren kleiner dan het genoemde lichaamsdeel in de tabel. De patiënt hoeft bijvoorbeeld een plekje op zijn hand in te smeren, of alleen de plooiën van zijn ellebogen. Hoe weet je dan hoeveel je moet smeren? Dat kun je zelf uitrekenen. Om een hoeveelheid zalf of crème te smeren op een plek die zo groot is als één kant van een hand, is namelijk 0.5 FTU nodig.

### Hoeveel crème of zalf heeft de patiënt nodig?

Als je weet hoe veel FTU's een patiënt op een dag moet smeren, en je weet ook hoe lang de patiënt het middel moet gebruiken, dan kun je ook makkelijk uitrekenen hoeveel crème of zalf je de patiënt moet meegeven. Je weet immers dat 1 FTU ongeveer 0.5 gram crème of zalf is.

Stel, een volwassen patiënt moet gedurende 1 week dagelijks beide benen en voeten 1x per dag insmeren met een corticosteroidcrème. In de tabel vind je dat een volwassene voor één been en voet 8 FTU per keer nodig heeft. Voor beide benen en voeten zijn dat dus 16 FTU per dag. Voor één week heeft de patiënt dan  $7 \times 16 = 112$  FTU nodig. Eén FTU is ongeveer 0.5 gram. 112 FTU is dus 56 gram. De patiënt heeft dus een tube met 60 gram crème nodig.

Een patiënt die gedurende 1 week, 1x per dag zijn hele lichaam in moet smeren, heeft afgerond de volgende hoeveelheden crème of zalf nodig.

- Volwassene: 140 gram
- Kind 6-10 jaar: 85 gram
- Kind 3-5 jaar: 65 gram
- Kind 1-2 jaar: 50 gram
- Kind 3-12 maanden: 30 gram