

---

## Smøring med hormoncreme

### Hvor tit skal jeg smøre?

De angrebne hudområder smøres i starten som regel en gang dagligt med et tyndt lag af det ordinerede præparat eventuelt efter badning. Dette gøres 1 – 4 uger, indtil huden er tydeligt bedret og næsten i ro.

Herefter kan bruges lavdosis vedligeholdelsesbehandling med smøring 1-2 gange om ugen efter behov.

### Hvor meget salve/creme skal bruges?

Som en hjælp kan man bruge målet ”fingertip-enhed”. Det er den mængde salve, der efter udtrykning fra tuben, strækker sig over en voksens ydre fingertip til 1. led. En fingertip-enhed kan dække svarende til 2 voksne håndflader.

### Hvorfor flere forskellige præparater?

Huden i ansigtet, på halsen og i hudfolder, som armhuler og i skridtet, er mere følsom end den frie hud på kroppen og lemmerne. Derfor bruges der ofte svagere præparater til disse områder og stærkere præparater til krop, arme og ben.

### Hvordan kombineres fugtighedscreme og steroid?

Fugtighedscreme kan smøres over steroidcremen, når denne er trængt godt ind i huden. Under aftrapning kan smøres med fugtighedscreme på de tidspunkter, der ikke bruges hormoncreme.

### Er det farligt at smøre med hormoncremer?

Hormoncremerne optages kun ganske lidt og har normalt ikke nogen virkning inden i kroppen.