

Verkoudheidsbalsems kunnen verlichting bieden bij verstopte luchtwegen en andere verkoudheidsklachten, maar het is belangrijk dat ze op de juiste manier worden gebruikt.

Onjuist gebruik kan leiden tot vervelende of zelfs ernstige bijwerkingen. Lees meer over de mogelijke risico's en hoe je als (assistent)drogist kunt adviseren om verkoudheidsbalsems veilig te gebruiken.

Pas op voor onjuist gebruik van verkoudheidsbalsems

TEKST **GABRIËLLA VON KREIJFELT, CORINE EKHART & GERDA WEITS – BIJWERKINGENCENTRUM LAREB EN MAARTEN GILBERTS & CHANTAL ROELLEN – NATIONAAL VERGIFTIGINGEN INFORMATIE CENTRUM**

bijwerkingen
centrum **lareb**

Verkoudheidsbalsems zijn zalven die op de borst en rug worden aangebracht omdat ze kunnen helpen bij verstopte luchtwegen en andere verkoudheidsklachten. Door lichaamswarmte komen werkzame dampen vrij die de verkoudheid kunnen verlichten. De balsems bevatten een combinatie van stoffen zoals kamfer, menthol en vluchtige oliën van onder andere eucalyptus, terpentijn en dennen. Het merk Luuf heeft balsems voor baby's en kleuters (6 maanden tot 3 jaar), kinderen (vanaf 3 jaar) en volwassenen (vanaf 12 jaar). De verkoudheidsbalsems van Dampo en Vicks zijn geschikt voor kinderen vanaf 2 jaar.

Veilig gebruik

Bij juist gebruik van verkoudheidsbalsems treden zelden bijwerkingen op. Soms kan echter overgevoeligheid ontstaan, zoals huidirritatie of een astmatische reactie. In zeldzame gevallen treden er zelfs brandwonden op. Bij verkeerd gebruik nemen de risico's op een bijwerking toe en zijn ze moeilijker te voorspellen. Adviseer altijd om de balsems niet in contact te laten komen met de ogen, slijmvliezen of met beschadigde huid, omdat dit de kans op bijwerkingen of ernstige irritatie vergroot. Let op: balsems met menthol mogen niet gebruikt worden bij kinderen jonger dan 2 jaar, omdat dit ademhalingsproblemen kan veroorzaken door spierkrampen in het strottenhoofd.



Meldingen Lareb

Bijwerkingencentrum Lareb ontving in totaal 18 meldingen van klachten bij gebruik van verkoudheidsbalsems. In 15 meldingen ging het om kinderen van 7 maanden tot 3 jaar oud. Tien kinderen kregen huidklachten en vier kinderen kregen verergering van luchtwegklachten die weer verminderden na staken of wegwassen van de balsem. Bij

Lareb zijn vier meldingen gedaan waarbij de verkoudheidsbalsems verkeerd werden gebruikt. Eén gebruiker verwarmde de balsem in de magnetron. Bij het roeren explodeerde de balsem, waardoor de gebruiker brandwonden in het gezicht opliep. Een baby had per ongeluk verkoudheidsbalsem ingenomen. Het kind moest daarna twee uur rechtop zitten vanwege verstikkings-

gevaar door overmatige speekselproductie. Een ander kindje kreeg stuipen nadat verkoudheidsbalsem op een teddybeer was gesmeerd, en hij het vermoedelijk heeft binnengekregen. Ook ontstonden er bij een kindje tweedegraads brandwonden door het smeren van knoflook in combinatie met verkoudheidsbalsem, waarbij knoflook zelf ook irriterend voor de huid kan zijn.

Meldingen Vergiftigingen Centrum
Bij het Nationaal Vergiftigingen Informatie Centrum (NVIC) worden elk jaar ongeveer 40 tot 60 meldingen gedaan door artsen van verkeerd gebruik van verkoudheidsbalsems. De meldingen komen vaak binnen, net nadat er iets is misgegaan. Dan zijn er meestal nog geen klachten. De meest voorkomende meldingen bij het NVIC gaan over inname door kinderen. Ze krijgen bijvoorbeeld een potje in handen en eten likjes balsem op uit nieuwsgierigheid. Of ze eten klodders die nog op de huid of ingesmeerde knuffels zitten. Soms wrijven mensen het in hun ogen, wanneer ze hun vingers niet goed afvegen na het aanbrengen. En het komt voor dat ouders (of kinderen zelf) het te dik smeren op de huid, of op een te groot oppervlak van de huid. De stoffen kunnen dan opgenomen worden in het bloed. In zeldzame gevallen worden er kort na blootstelling al ernstige klachten gemeld bij het NVIC, zoals stuipen, ademstilstand of bewusteloosheid.

Verschijnselen van vergiftiging

Na inname of te dik aanbrengen van verkoudheidsbalsems kunnen de volgende verschijnselen van vergiftiging ontstaan:

- Vluchtige oliën zijn irriterend: ze kunnen de ogen, keel, slokdarm en huid irriteren. Dit kan roodheid van de ogen en huid of misselijkheid en braken veroorzaken. Door

de olie in de balsem lost het huidvet op. Hierdoor kan de huid heel schraal worden en gaan ontsteken.

- Vluchtige oliën kunnen via de mond in de longen terechtkomen. Door verslikken of braken neemt dit risico toe. Olie in de longen kan een ernstige longontsteking veroorzaken met klachten als hoesten, ernstige benauwdheid en koorts. Deze klachten kunnen direct ontstaan, maar ook tot ongeveer 24 uur na het verslikken.
- Vluchtige oliën in het bloed (door opname via de darm, de longen of de huid) kunnen al binnen 30 minuten effect hebben op de spieren, de longen en het bewustzijn. Ze kunnen zelfs epileptische aanvallen veroorzaken, de ademhalingspijpen verslapen en coma veroorzaken. Ook kunnen ze de nieren beschadigen.

Voorkom verkeerd gebruik

Uit de meldingen bij Lareb en het NVIC blijkt dat verkoudheidsbalsems soms verkeerd worden gebruikt, met mogelijk ernstige gevolgen. Het is belangrijk dat gebruikers het advies en de gebruiksaanwijzingen zorgvuldig volgen. Adviseer het volgende:

- Bewaar verkoudheidsbalsems buiten bereik van kinderen.
- Houd je strikt aan de aangegeven leeftijdsgrenzen op de verpakking.

- Smeer de balsem niet op voorwerpen zoals knuffels, omdat kinderen deze in de mond kunnen nemen.
- Smeer de balsem niet op een beschadigde huid.
- Vermijd het combineren van verkoudheidsbalsem met andere zalven of smeersels op de huid.
- Als er te veel balsem is gesmeerd, was de huid dan met water en zeep of veeg overtollig balsem van de huid en haal de handdoek weg.
- Bij contact met de ogen: spoel minimaal 15 minuten met stromend, lauw water.
- Bij inname: spoel de mond met water; niet laten braken.

Bij hevige reacties, klachten na verkeerd gebruik of bij twijfel, moet er altijd contact met een arts worden opgenomen. ■

Gratis meldkaartjes ontvangen?

Wijs uw klanten op de mogelijkheid tot het melden van bijwerkingen. Wilt u gratis meldkaartjes met display ontvangen voor in de winkel? Neem dan contact op via info@lareb.nl.

Bijwerkingen melden

Bijwerkingencentrum Lareb is het meld- en kenniscentrum voor bijwerkingen van geneesmiddelen, vaccins en gezondheidsproducten, zoals voedingssupplementen. Lareb is ook het kenniscentrum voor geneesmiddelgebruik en vaccins bij een kindervens, tijdens de zwangerschap en in de borstvoedingsperiode. Ook als drogisterijmedewerker is het belangrijk om alert te zijn op bijwerkingen die consumenten ervaren, en hen te wijzen om bijwerkingen te melden. Dit kan via het meldformulier op www.mijnbijwerking.nl

Gebruikte bronnen

1. *Luuf verkoudheidsbalsem (voor baby's), zalf voor inhalatiedamp* [SmPC op internet]. Arnhem (Nederland): OTC Medical BV; 2024. Geraadpleegd op 02-04-2025. Beschikbaar via: <https://www.geneesmiddeleninformatiebank.nl/>.
2. *Luuf verkoudheidsbalsem (voor kinderen), zalf voor inhalatiedamp* [SmPC op internet]. Arnhem (Nederland): OTC Medical BV; 2024. Geraadpleegd op 02-04-2025. Beschikbaar via: <https://www.geneesmiddeleninformatiebank.nl/>.
3. *Luuf verkoudheidsbalsem (voor volwassenen), zalf voor inhalatiedamp* [SmPC op internet]. Arnhem (Nederland): OTC Medical BV; 2024. Geraadpleegd op 02-04-2025. Beschikbaar via: <https://www.geneesmiddeleninformatiebank.nl/>.
4. *Dampo verkoudheidsbalsem, inhalatiezalf* [SmPC op internet]. Diemen (Nederland): Vemedia Manufacturing BV; 2019. Geraadpleegd op 02-04-2025. Beschikbaar via: <https://www.geneesmiddeleninformatiebank.nl/>.
5. *Vicks Vaporub, zalf voor inhalatiedamp* [SmPC op internet]. Rotterdam (Nederland): Procter & Gamble Nederland BV; 2020. Geraadpleegd op 02-04-2025. Beschikbaar via: <https://www.geneesmiddeleninformatiebank.nl/>.
6. *Kinderformularium levomenthol* [internet]. Nederlands Kenniscentrum voor Farmacotherapie bij Kinderen. Geraadpleegd op 02-04-2025. Beschikbaar via: <https://www.kinderformularium.nl/>.