

---

## FINGERTIP UNIT (FTU)

---

### WAT IS EEN FINGERTIP UNIT ?

Een vingertop eenheid (finger tip unit) is de hoeveelheid zalf die past op de top van de wijsvinger. Waarbij een reepje zalf uit een standaard tube wordt uitgeknepen over de gehele lengte van het eindkootje zoals op de foto hier onder. Een vingertop eenheid komt overeen met ongeveer 0.5 gram zalf. Met 1 FTU kan een oppervlak ter grootte van ongeveer 2 handen worden ingesmeerd.



Aantal vingertopeenheden zalf per lichaamsdeel, voor verschillende leeftijden							
leeftijd	gelaat en hals	arm en hand	been en voet	voorzijde romp	rug en billen	gehele lichaam	gram per week bij 1x daags smeren
3-12 maanden	1	1	1.5	1	1.5	8.5	30 g
1-2 jaar	1.5	1.5	2	2	3	13.5	50 g
3-5 jaar	1.5	2	3	3	3.5	18	65 g
6-10 jaar	2	2.5	4.5	3.5	5	24.5	85 g
volwassenen	2.5	4	8	7	7	40	140 g

Hormoonzalf hoeft niet in een dikke laag te worden aangebracht, dun aanbrengen op de aangedane huid is voldoende. Dik smeren geeft geen beter resultaat. De huid neemt namelijk maar een bepaalde hoeveelheid hormoon op.

Om te weten hoeveel zalf nodig is per lichaamsdeel, is het bovenstaande schema bedacht. Dit schema gaat uit van de vingertop als maateenheid.

Een volwassene heeft circa 20 gram nodig om het hele lichaam in te smeren. Een tube van 100 g is dus na 5 keer insmeren van het hele lichaam leeg.

Voor alleen de handen is voor een volwassene 1 g nodig (1 FTU = 0.5 g per hand).

Voor alleen de voeten is voor een volwassene 2 g nodig (2 FTU = 1 g per voet).

