



**Gemeinschaftspraxis**

**Praxis**



**Dr. med. Pickl ■ Dr. med. Seubert ■ Dr. med. Kiefmann ■**

## Informationen zu Neurodermitis

Über drei Millionen Patienten leiden in Deutschland an Neurodermitis. Vor allem Kinder und junge Erwachsene sind von dieser Hautkrankheit betroffen. Eine Heilung der Neurodermitis ist bis heute leider noch nicht möglich!

### **Woran erkennt man Neurodermitis?**

Die gesamte Körperoberfläche kann von Neurodermitis betroffen sein. Die am meist betroffenen Partien sind jedoch das Gesicht, die Beugeflächen an Ellbogen und Knie und die Hände.

- Sehr trockene, besonders empfindliche Haut, die häufig rissig und schuppig ist
- Entzündung der Haut (diese manifestieren sich durch rote Stellen auf der Haut)
- Entzündungen im Bereich der Lippe
- **Quälender Juckreiz** (Dies ist zweifelsohne das schlimmste Symptom der Neurodermitis. Der Juckreiz kann unerträglich werden, was die Betroffenen dazu zwingt, sich ständig zu kratzen. Oft resultiert daraus Schlaflosigkeit).
- Verdickte und trockene Haut
- Kleine erhabene Pickelchen, die sich beim Kratzen öffnen
- Kratzspuren

### **Ursachen**

→ **Erbliche, genetische Veranlagung**

→ **Allergene**

→ **extreme Temperaturen**

→ **grobe Textilstoffe** (zum Beispiel Wolle), **Chemikalien** und **Waschmittel**

→ **Angst und Stress**

### **Krankheitsverlauf der Neurodermitis**

Neurodermitis tritt typischerweise in Schüben auf. Manchmal haben die Betroffenen monatelang keine Beschwerden. Sie werden dann plötzlich von der Neurodermitis „überfallen“. Der Schweregrad des Leidens hängt vom Alter der Betroffenen ab.

- Bei Säuglingen treten die Symptome der Neurodermitis erstmals ab dem dritten Lebensmonat auf.
- Bei der Mehrzahl der Patienten bricht die Krankheit während des ersten Lebensjahres aus.

- Häufig verschwinden die Symptome bis zur Einschulung oder dem Ende der Pubertät. (Mit dem Beginn der Pubertät haben rund 70% der Betroffenen keine Beschwerden mehr!)
- Treten weiterhin typische Symptome auf, so sind es bei älteren Kindern und Erwachsenen hauptsächlich Ekzeme am ganzen Körper. Die Haut ist trocken und gerötet und neigt zu Entzündungen.
- Nach dem 30. Lebensjahr leiden nur noch 3% der Betroffenen an Ekzemschüben.

### **Therapiemöglichkeiten**

- Hautpflege mit feuchtigkeitsspendenden Cremes und Salben.
- Gezielter Einsatz von Kortison, um die Entzündung zu unterdrücken.
- Antihistaminika, um den Juckreiz zu lindern.

### **Tipps für den Alltag**

- **Ernährung:** Von Neurodermitis Betroffene leiden häufig unter Nahrungsmittelallergien. Bestimmte Nahrungsmittel können bei manchen Patienten die Krankheitssymptome verschlimmern (Alkohol, Kaffee und schwarzer Tee bewirken durch eine Gefäßerweiterung einen verstärkten Juckreiz).
- **Hautpflege:** Übertreiben Sie die tägliche Hautreinigung nicht. Beachten Sie:
  - seifenfreie Hautreinigungsmittel
  - empfohlener pH-Wert von Wasch- und Pflegemitteln: 5,5
  - Vermeiden Sie zu heißes und chlorhaltiges Wasser
  - Tupfen Sie nach dem Waschen die Haut vorsichtig ab und cremen Sie sich mit fetthaltigen Cremes oder Salben ein
- **Kleidung:** raue und scheuernde Kleidungsstücke können Juckreiz auslösen bzw. Hautentzündungen hervorrufen. Die Kleidung und die Bettwäsche sollte aus kochfesten, ungefärbten Naturfasern hergestellt sein (nicht aus synthetischen Fasern).
- **Entspannung:** Gemäß des Sprichwortes „die Haut ist der Spiegel der Seele“ sollten an Neurodermitis leidende Patienten Stress und psychische Belastung vermeiden. Die genannten Faktoren können ansonsten Schübe auslösen. Die Betroffenen müssen sich regelmäßig entspannen (zum Beispiel durch autogenes Training, Yoga oder Aktivitäten an der frischen Luft).

