



# Neurodermitis

## Chronisch kranke Haut proaktiv behandeln

Etwa 13 Prozent aller Kinder in Deutschland leiden an Neurodermitis. Die Erkrankung ist nach wie vor nicht heilbar, doch die entzündlichen Hautekzeme lassen sich bei frühzeitiger Behandlung immer besser in den Griff bekommen. Die proaktive Therapie mit antientzündlichen Salben kann entscheidend dazu beitragen, die Häufigkeit der Krankheitsschübe zu senken.

■ Wenn der Arzt bei Ihrem Kind Neurodermitis diagnostiziert hat, wird er keine Salbe oder Tablette verschreiben können, die die Haut komplett wieder gesund macht. Die Haut ist chronisch krank. Selbst wenn offensichtliche Krankheitszeichen wie Ekzeme und Juckreiz durch die Behandlung abklingen, bleibt die Entzündungsbereitschaft der Haut hoch und die Erkrankung kann jederzeit wieder aufflackern. Das liegt daran, dass bei Neurodermitispatienten das Immunsystem der Haut zu Überemp-

findlichkeitsreaktionen neigt. Diese Veranlagung ist erblich bedingt. Hinzu kommt eine Störung der natürlichen Hautbarriere. Damit ist ein Verbund von Hornzellen und Fetten in der äußersten Hautschicht gemeint, der die Haut sowohl vor einem Eindringen von Fremdstoffen als auch vor Feuchtigkeitsverlust schützt. Bei Neurodermitis ist die Haut durchlässiger, so dass zum einen Fremdstoffe wie z. B. Allergene, Schadstoffe und Keime leichter eindringen können und zum anderen die Haut schneller

austrocknet. Auch die gestörte Hautbarriere kann genetisch bedingt sein. All dies gilt es bei der Behandlung zu berücksichtigen.

### Wie wird Neurodermitis behandelt?

Der Hautarzt passt die Therapie dem aktuellen Hautzustand an. Dabei wird er immer auch berücksichtigen, an welchen Stellen die Ekzeme auftreten und wie stark sie sich ausdehnen. Außerdem spielt das Alter des

Patienten eine Rolle. Denn manche Therapien sind für jüngere Kinder nur mit Einschränkungen geeignet.

Bewährt hat sich eine Therapie, die stufenweise aufgebaut ist. Das bedeutet, abhängig von der Schwere der Symptome kommen Stufe für Stufe Behandlungsmaßnahmen hinzu.

## Stufentherapie

Die regelmäßige Hautpflege ist die erste Stufe der Therapie und bildet die Basis für die gesamte Behandlung. Hier geht es darum, die empfindliche und trockene Haut ausreichend mit Fett und Feuchtigkeit zu versorgen, damit sich die Hautbarriere stabilisieren kann.

Wenn sich das Hautbild verschlechtert und sich Ekzeme auf der Haut zeigen, sollte der Hautarzt kontaktiert werden. Er wird ggf. die zweite Stufe der Behandlung einleiten und ergänzend zur Basistherapie Salben gegen die Entzündung verordnen. Man bezeichnet dies als topische oder lokale Therapie. Zur Behandlung von Neurodermitis gibt es verschiedene antientzündliche Salben, die sich in der Zusammensetzung der Wirkstoffe und in ihrer Wirkstärke unterscheiden. Dazu gehören Präparate mit Kortison (sogenannte Glukokortikoide) und Präparate mit Wirkstoffen, die die Aktivität bestimmter Immunzellen beeinflussen und dadurch den Entzündungsprozess hemmen (sogenannte topische Calcineurinhemmer). Bei ausgeprägteren Ekzemen und heftigerem Juckreiz kommen in Stufe 3 stärker wirksame Salben zum Einsatz.

Letzte Stufe der Behandlung ist die innerliche Therapie mit Medikamenten, die als Tabletten oder Emulsion eingenommen oder als Spritze verabreicht werden. Auch diese Medikamente haben das Ziel, die Reaktionen des Immunsystems zu dämpfen. Sie wirken jedoch, anders als Salben,

nicht nur lokal am Entzündungsherd. Die Wirkstoffe gelangen über den Magen-Darm-Trakt oder direkt per Spritze ins Blut und wirken so im gesamten Körpersystem. Daher bezeichnet man diese Form der Therapie auch als systemische Therapie. Sie wirkt stärker als eine topische Therapie, hat aber auch ein höheres Risiko für Nebenwirkungen. Daher ist eine systemische Therapie bei Neurodermitis nur für schwere Krankheitsverläufe angezeigt.

## Krankheitsschüben vorbeugen

Sind dank der Therapie die Krankheitszeichen abgeklungen, darf dies keinesfalls darüber hinwegtäuschen, dass die Haut dauerhaft krank bleibt. Jede Belastung der Haut kann einen Ekzemschub provozieren. Daher ist es



*„Da es bislang keine ursächliche Therapie gibt, die eine Heilung der Neurodermitis bewirken kann, ist es wichtig zu wissen, welche Maßnahmen Krankheitsschüben vorbeugen oder sie abmildern können. Hierfür haben sich die Möglichkeiten in den letzten Jahren deutlich verbessert.“*

*Prof. Dr. med. Dr. ès sci. Thomas Bieber,  
Klinik und Poliklinik für Dermatologie und  
Allergologie Universitätsklinikum Bonn*

## Stufentherapie bei Neurodermitis

### Stufe 1: Trockene Haut

- Vermeidung/Verminderung von Provokationsfaktoren
- Topische Basistherapie/Hautpflege

### Stufe 2: Leichte Ekzeme

- Erforderliche Maßnahmen der Stufe 1
- + juckreizlindernde, entzündungshemmende Wirkstoffe, milde, topische Glukokortikoide und/oder (ab dem 3. Lebensjahr) topische Calcineurininhibitoren

### Stufe 3: Moderate Ekzeme

- Erforderliche Maßnahmen der Stufen 1 und 2
- + stärker wirksame topische Glukokortikoide und/oder (ab dem 3. Lebensjahr) topische Calcineurininhibitoren

### Stufe 4: Andauernde, schwer ausgeprägte Ekzeme

- Erforderliche Maßnahmen der Stufen 1 bis 3
- + systemische immunmodulierende Therapie (Tabletten und ggf. Spritzen, die die Reaktionen des Immunsystems regulieren)

Auf der Grundlage von wissenschaftlichen Erkenntnissen und Praxiserfahrungen erarbeiten Mitglieder medizinischer Fachgesellschaften Therapieempfehlungen, die sogenannten Behandlungsleitlinien. In den aktuellen Leitlinien zur Behandlung von Neurodermitis werden diese vier Therapiestufen vorgeschlagen.  
<http://www.awmf.org/leitlinien>

so wichtig, dass Sie die Haut 1- bis 2-mal täglich und bei Bedarf auch häufiger mit rückfettenden Cremes, Lotionen oder Salben eincremen. Fühlt sich die Haut trocken an oder macht sich ein Spannungsgefühl bemerkbar, so ist dies ein deutlicher Hinweis, dass sie mehr Pflege braucht.

Außerdem sollten Sie darauf achten, welche äußeren Einflüsse sich negativ auf die Haut auswirken. Das können bestimmte Nahrungsmittel, der Kontakt mit Pollen, Hausstaub oder Tierhaaren, Luftschadstoffe wie Zigarettenrauch, trockene Heizungsluft, kratzende Kleidung oder psychischer Stress sein. Versuchen Sie, all

diese Provokationsfaktoren zu meiden. Im nebenstehenden Kasten haben wir einige Tipps dazu für Sie zusammengestellt.

## Ergänzende Therapien und Maßnahmen

Ergänzend zur Stufentherapie haben sich verschiedene nichtmedikamentöse Therapien bewährt. Sie tragen dazu bei, den Hautzustand zu verbessern, das Immunsystem zu stärken und die Symptome der Neurodermitis zu lindern. Dazu gehören u. a. Klima- und Lichttherapien, Psychotherapie sowie Schulungsmaßnahmen, um den Umgang mit der Erkrankung zu erlernen.

## Was bedeutet proaktive Therapie?

Zur Vorbeugung von Krankheitsschüben hat sich das Prinzip der proaktiven Therapie bewährt. Eine proaktive Therapie bedeutet, dass man die to-

### Tipps für den Alltag mit Neurodermitis

- **Cremer Sie die Haut 2-mal täglich ein!**  
Mit einem spielerischen Eincremeritual morgens und abends können Sie Kinder, die sich nicht gern eincremen lassen, überzeugen.
- **Beugen Sie Juckreiz und Kratzattacken vor!**  
Kühlen Sie die Haut, z. B. mit Kühlpacks. Sorgen Sie für Ablenkung, indem Sie die Hände z. B. mit Spielzeug beschäftigen. Drücken und streicheln Sie die Haut anstatt zu kratzen. Vermeiden Sie Verletzungen und achten Sie auf kurze, saubere Fingernägel.
- **Wählen Sie die richtige Kleidung!**  
Geeignet sind Materialien wie Baumwolle, Seide, Leinen, atmungsaktive Mikrofaser oder Viskose. Entfernen Sie Etiketten, die kratzen könnten. Bei nächtlichen Kratzattacken kann ein spezieller Neurodermitisschlafanzug mit angenähten Handschuhen und Füßlingen sinnvoll sein.
- **Beugen Sie Infektionen vor und achten Sie auf Hygiene!**  
Cremer Sie die Haut nur mit sauberen Fingern ein und verschließen Sie Tuben und Tiegel nach jedem Gebrauch.
- **Vermeiden Sie Stress und bauen Sie Stress ab!**  
Entspannungstraining (z. B. Yoga, autogenes Training) kann stressbedingte Krankheitsschübe verhindern.
- **Achten Sie auf ausgewogene Ernährung!**  
Eine spezielle Neurodermitisdiät gibt es nicht. Wenn Sie glauben, dass bestimmte Nahrungsmittel mit einem Neurodermitisschub in Zusammenhang stehen, sprechen Sie mit Ihrem Arzt.
- **Sorgen Sie für ein gesundes Raumklima!**  
Vermeiden Sie unbedingt Zigarettenrauch. Achten Sie darauf, dass die Räume nicht überheizt sind.

### Achten Sie auf sachgemäße Anwendung der Therapie!

Die Haut von Säuglingen und kleinen Kindern ist sehr viel durchlässiger als die Haut von Erwachsenen. Dies erhöht das Risiko möglicher Nebenwirkungen. Umso wichtiger ist es, dass alle wirkstoffhaltigen Präparate nur gemäß den ärztlichen Anweisungen eingesetzt werden. Das bedeutet auch, dass die Therapie nicht abrupt eigenmächtig abgesetzt werden darf. Üblicherweise werden diese Therapien schrittweise reduziert. Man bezeichnet dies als ausschleichende Therapie.

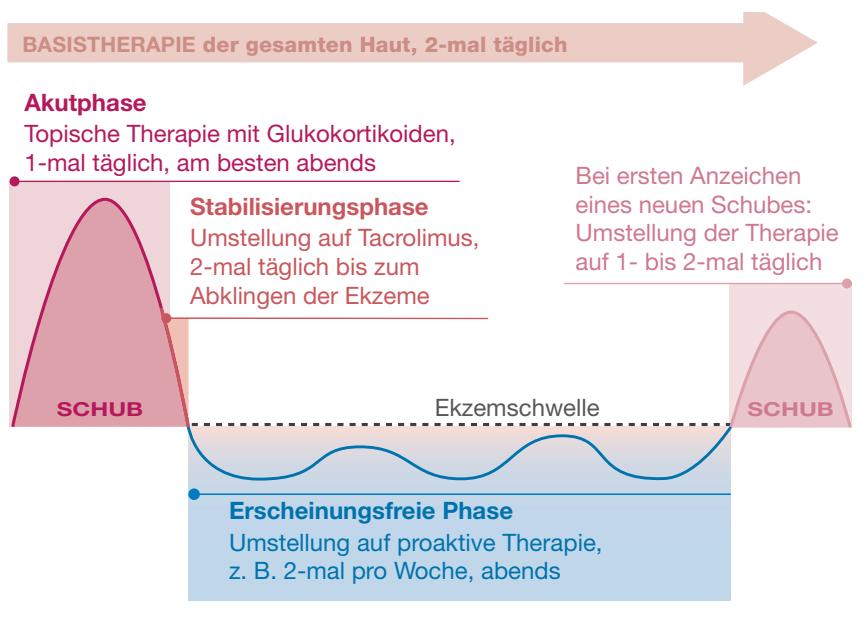


Weniger Krankheitsschübe bedeuten mehr Lebensqualität! Die proaktive Therapie in Kombination mit der Basistherapie kann den Hautzustand langfristig stabilisieren und dadurch die Lebensqualität entscheidend verbessern.

Die proaktive Therapie ist für Erwachsene und Kinder geeignet.

## Basistherapie + proaktive Therapie

Das Behandlungskonzept hat sich seit einigen Jahren bewährt: proaktive Therapie und frühzeitige Behandlung bei ersten Anzeichen eines neuen Schubes.



gen zeigen, dass sich dank dieser proaktiven Therapie die beschwerdefreien Zeiten verlängern und dass die Zahl akuter Ekzemschübe deutlich zurückgeht. Dies kann Ihnen zu mehr Kontrolle über Ihre Erkrankung verhelfen und Ihren Alltag verbessern.

In Deutschland ist derzeit ausschließlich Tacrolimus (0,03-%- und 0,1-%-Salbe) zur proaktiven Behandlung der Neurodermitis zugelassen. Der Arzt wird mit Ihnen die genaue Dosierung und Anwendungsdauer besprechen. Üblich ist es, dass Sie nach Abheilen der Ekzeme die vormals betroffenen Hautstellen 2-mal pro Woche mit der antientzündlichen Salbe eincremen. Wie Studien zeigen, kann die proaktive Therapie über einen längeren Zeitraum fortgeführt werden, ohne dass Nebenwirkungen zu erwarten sind. Bei der Anwendung von topischen Calcineurininhibitoren wurde dies für einen Zeitraum von 12 Monaten nachgewiesen. ■

pische Therapie nach Abklingen des Ekzems nicht komplett absetzt und abwartet, bis sich ein neuer Krankheitsschub ankündigt, sondern dass man aktiv weiterbehandelt.

Dieser Therapieansatz basiert auf der Erkenntnis, dass neurodermitiskranke Haut auch in erscheinungsfreien Phasen nicht völlig gesund ist. Zum einen ist die Barrierefunktion der Haut gestört – daher die drin-

gende Empfehlung, die Basistherapie dauerhaft fortzuführen. Zum anderen hat man festgestellt, dass selbst bei nicht sichtbaren Ekzemen die Zahl der Entzündungszellen der Haut erhöht ist. Aus diesem Grund wird die antientzündliche topische Therapie nach Abklingen des Ekzems in einer niedrigen Dosierung fortgesetzt. Auf diese Weise können bereits minimale Entzündungsreaktionen unterbunden werden. Verschiedene Untersuchun-

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite:  
[www.dha-neurodermitis-therapie.de](http://www.dha-neurodermitis-therapie.de)



## Die Krankheit verstehen und bewältigen

Behandlung ist gut, Vorbeugung ist besser. Damit es möglichst selten zu akuten Schüben kommt, sollten Neurodermitispatienten genau über ihre Erkrankung Bescheid wissen. Die neue Broschüre der Deutschen Haut- und Allergiehilfe beantwortet viele Fragen: Was ist Neurodermitis und wer ist anfällig dafür? Welche Symptome treten auf? Welche Triggerfaktoren können einen Schub provozieren? Darüber hinaus wird die Bedeutung der proaktiven Therapie erklärt und die Leser erhalten praktische Tipps zur richtigen Hautpflege und zum Umgang mit dem quälenden Juckreiz.

Die Broschüre „Neurodermitis – Grundlagen für eine erfolgreiche Behandlung“ kann kostenfrei postalisch oder im Internet angefordert werden:

Deutsche Haut- und Allergiehilfe e.V., Heilsbachstraße 32, 53123 Bonn, [www.dha-neurodermitis-therapie.de](http://www.dha-neurodermitis-therapie.de)

