

Zum Aus-der-Haut-fahren!

Neurodermitis ist eine sehr belastende Hauterkrankung, da sie mit einem quälenden Juckreiz verbunden ist. Hinzu kommt, dass das gestörte Hautbild häufig auch zu psychischem Druck führt.

Die nicht ansteckende, chronisch entzündliche Hautkrankheit verläuft in Schüben. Das Risiko, sie zu entwickeln, wird vererbt, sodass über 60 Prozent der Kinder von Neurodermitis-Patienten ebenfalls wieder darunter leiden. Es handelt sich um eine atopische Erkrankung,

sie wird daher auch atopisches Ekzem oder atopische Dermatitis genannt. Das bedeutet, dass die Hautentzündungen die Folge einer überschießenden Immunantwort auf eigentlich harmlose Reize sind, ähnlich wie bei Allergien. Die Betroffenen haben daher auch ein erhöhtes Risiko, weitere atopische Krankhei-

ten wie Heuschnupfen oder Asthma zu entwickeln.

Fehlende Schutzschicht Aufgrund ihrer genetischen Veranlagung können die Patienten auch nicht genug Proteine für die schützende Hornschicht der Haut bilden, was deren Barrierefunktion beeinträchtigt. Hierdurch wird sie empfindlicher für Irritationen, Umweltreize oder Allergene, die dann einen entzündlichen Schub hervorrufen können. Die jeweiligen Auslöser sind dabei individuell unterschiedlich: Hitze, Kälte und reibende Kleidungsstücke gehören genauso dazu wie Duftstoffe, Umweltgifte (z. B. Abgase, Tabakrauch) oder Allergene wie etwa Tierhaare, Milbenkot oder Pollen.

Quälender Juckreiz Die Ekzeme jucken sehr stark, vor allem nachts. Wird die Haut aufgekratzt, können weitere Krankheitserreger eindringen und sogar potenziell tödliche Infektionen hervorrufen. Hierbei sind vor allem Herpesviren gefürchtet, da sie sich in entzündeter Haut besonders schnell ausbreiten können. Die Haut von Neurodermitis-Patienten ist zudem meist sehr stark mit *Staphylococcus aureus* besiedelt. Bei einer gesunden Hautbarriere spielen diese Erreger kaum eine Rolle, dringen sie jedoch durch Verlet-



© Highwaystarz-Photography / iStock / Thinkstock

zungen in den Organismus ein, können sie sehr gefährlich werden.

Kinder besonders betroffen In den meisten Fällen beginnt die Krankheit bereits im Säuglings- und Kleinkindalter, wobei etwa zehn bis 15 Prozent der Kinder betroffen sind. Zunächst zeigen sich die Hautveränderungen als sogenannter Milchschorf vorwiegend im Gesicht und auf der Kopfhaut, später dann als trockene oder nässende Ekzeme in Armbeugen, Achseln und Kniebeugen. Meistens verschwinden die Symptome allerdings mit Eintritt in die Pubertät, sodass nur noch ein bis drei Prozent der Erwachsenen an Neurodermitis leiden. Sie behalten die Krankheit dann jedoch meist ein Leben lang. Aus den Ekzemen können Knötchen werden, außerdem verdickt sich die betroffene Haut mit fortschreitendem Alter immer mehr und wird borkig. Neurodermitis kann sehr unterschiedlich ausgeprägt sein, von leichten Symptomen bis hin zu fast körperbedeckenden Hautirritationen. Vor 50 Jahren war die Erkrankung noch fast unbekannt und man ging von psychischen Störungen als Ursache aus. Heute glauben Experten, dass die übertriebene Hygiene der vergangenen Jahre zu dem deutlichen Anstieg der Patientenzahl geführt hat.

Stark eingeschränkte Lebensqualität Stress und psychisch belastende Situationen können die Krankheit noch verschlimmern. Ein Teufelskreis, denn die Betroffenen stehen durch ihre Symptome bereits unter hohem psychischem Druck. Vor allem, wenn die Ekzeme an sichtbaren Hautstellen wie Gesicht oder Händen auftreten, schämen sie sich häufig in der Öffentlichkeit, haben Angst, dass ihre Umgebung sich ekelt oder die Krankheit für ansteckend hält. Dazu kommt, dass viele durch den starken Juckreiz schlecht schlafen und somit ständig unausgeruht und erschöpft sind. Treten die Hautirritationen großflächig auf, schämen sich auch viele Be-

troffene, im Sommer leichte Kleidung zu tragen oder schwimmen zu gehen. Der soziale Rückzug ist damit vorprogrammiert.

Schutzfunktion der Haut unterstützen Neurodermitis ist nicht heilbar, aber man kann die Symptome lindern. Am wichtigsten ist es, den quälenden Juckreiz zu mindern, etwa durch kühlende Umschläge. Für solche Umschläge kann man auch schwarzen Tee verwenden, der zusätzlich antientzündlich wirkt. Wichtig ist außerdem, die Haut mit Feuchtigkeit zu versorgen. Hierzu ist eine regelmäßige Körperpflege mit rückfettenden, duftstoff- und konservierungsmittelfreien Cremes oder Lotionen notwendig. Besonders bewährt haben sich dabei Produkte mit Harnstoff (bis zu zehn Prozent für Erwachsene, nicht mehr als vier Prozent für Kinder). Wässrige Cremes kühlen die Haut durch Verdunstung und können den Juckreiz so ebenfalls lindern. Waschen sollte man sich nicht zu häufig und nur mit ebenfalls schonenden Produkten. Bei akuten entzündlichen Schüben wird man jedoch um Medikamente meist nicht herumkommen. Je nach Ausprägung kommt dann in der Regel kurzfristig Kortison als Salbe oder Tablette zum Einsatz. Alternativ können auch Calcineurin-Inhibitoren angewendet werden, da sie die Haut nicht wie Kortison ausdünnen. Allerdings haben sie eine andere unangenehme Nebenwirkung: Sie können den Juckreiz noch verstärken. Antiseptika können die Übersiedlung mit schädlichen Erregern vermindern, dürfen jedoch ebenfalls nur kurzfristig angewendet werden. Eine Alternative zu Antiseptika ist spezielle silberbeschichtete Wäsche, da Silber ebenfalls bakterizid wirkt.

Blaues Licht Seit einigen Jahren hat man mit einer Therapie, die Licht bestimmter Wellenlängen nutzt, gute Erfolge erzielt. Man setzt dabei blaues Licht ein, also der Bereich des sichtbaren Lichtes, auf den direkt das UV-Licht folgt. Empfohlen wird es

jedoch in der Regel nur für Erwachsene, da das Risiko bei Kindern mit ihrer langen Lebenserwartung als zu groß angesehen wird. Denn wie natürliches Sonnenlicht kann das therapeutische Licht die Hautzellen entarten lassen und so zu Hautkrebs führen. Daher darf die Lichttherapie auch nur angewendet werden, wenn keine Medikamente eingenommen werden, die das Immunsystem unterdrücken, da es dann entartete Zellen möglicherweise nicht mehr erkennt und beseitigt. Die Lichttherapie ist vor allem für Menschen geeignet, bei denen das atopische Ekzem so große Hautareale bedeckt, dass eine Behandlung mit Kortison durch Creme oder Tabletten zu aufwändig beziehungsweise mit zu starken Nebenwirkungen verbunden wäre.

Mit der Krankheit umgehen Patienten, die nicht mehr darauf hoffen können, dass die Krankheit von selbst verschwindet, müssen lernen, mit ihr umzugehen. Wichtig ist es dann, den oder die Auslöser für die Symptome zu erkennen und zu meiden. Liegt eine Allergie vor, die auch die Neurodermitissymptome verstärkt, wie zum Beispiel Heuschnupfen, kann eine Hyposensibilisierung auch die Symptome des atopischen Ekzems verringern. Da die Medikamente nur kurzfristig angewendet werden dürfen, suchen Betroffene häufig nach natürlichen Mitteln oder komplementärmedizinischen Therapien wie Akupunktur oder Homöopathie. Wissenschaftliche Belege für deren Wirksamkeit gibt es jedoch nicht. Die Patienten müssen letztlich zum Manager ihrer Krankheit werden, ausprobieren, was ihnen hilft und was die Symptome lindert. Meist ist die Therapie sehr individuell und besteht aus mehreren Elementen. Besonders wichtig ist es, Stress und psychischen Druck zu mindern. Dabei können Entspannungstechniken oder sogar Psychotherapie helfen. ■

*Dr. Holger Stumpf,
Medizinjournalist*