



# Hilfe, ein Wolf!

Umgangssprachlich heißt es, man habe sich „einen Wolf gelaufen“. Gerade im Sommer wird dieser Satz auch bei Ihren Kunden wieder öfters zu hören sein. Was ist ein **Hautwolf** und wen betrifft er eigentlich?

Überall dort, wo gegenüberliegende Hautflächen über längere Zeit aneinander reiben oder die Kleidung scheuert, ist eine Hautschädigung fast schon abzusehen. Wenn bei sommerlichen Temperaturen noch Hitze und Feuchtigkeit, zum Beispiel durch die Schweißbildung, hinzukommen, quillt die Haut in diesen sogenannten feucht-warmen Kammern zusätzlich auf. Jetzt kommt es leicht zur Schädigung der obersten Hautschicht. Brennen, Juckreiz und scharf umgrenzte gerötete Stellen können die Folge sein. Dies wird als Hautwolf oder im Fachjargon als Intertrigo oder intertriginöses Ekzem bezeichnet. So ein Wolf ist nicht nur unangenehm, es können auch Sekundärinfektionen, vor allem mit Pilzen wie Candida, auftreten, da durch die geschädigten oberen Epi-

dermisschichten die Hautbarriere gestört wird und gerade Pilze ideale Lebensbedingungen in der feuchten Wärme vorfinden.

**Wer ist betroffen?** Zum einen sind dies Übergewichtige, Harn- oder Stuhlinkontinente und Diabetiker. Zum anderen kennen auch Sportler das Problem durch die Scheuer- und Reibeffekte besonders gut. Beim Wandern, Joggen und Radfahren sind häufig die Innenseiten der Oberschenkel und die Haut des Intim- und Analbereichs betroffen. Aber auch Hautfalten wie in der Leisten- oder unter den Brüsten sind für die Hautreizungen prädestiniert. Zusätzlich zu den drei Faktoren Feuchtigkeit, Wärme und Reibung kann ein hohes Lebensalter die Entstehung des Hautwolfs weiter begünstigen. Die im Alter dün-

ner werdende Haut verliert an Festigkeit, was das Risiko für feuchtigkeits- und reibungsbedingte Hautschäden erhöht.

## Wie lässt sich vorbeugen?

Neben der Vermeidung von sich anstauernder Feuchtigkeit in Kombination mit Reibung, beispielsweise durch Funktionskleidung beim Sport, empfiehlt sich eine möglichst schonende Körperhygiene. Besonderes Augenmerk sollte auf das Abtrocknen der Haut gelegt werden. Ist die Haut bereits gerötet, kann die betroffene Hautstelle nach dem Duschen auch trockengefönt werden. Wichtig ist auch eine sorgfältige Hautpflege zur Prophylaxe, am besten durch eine spezielle atmungsaktive Schutzcreme. Sie bildet einen feuchtigkeitsabweisenden Schutzfilm und lässt die Haut im Intimbereich dabei trotzdem „atmen“. So

werden Reizstoffe und Reizungen von der Haut ferngehalten, ohne dass es zu einem Feuchtigkeitsstau kommt.

## Und wenn es schon passiert ist?

Die erste Maßnahme bei einem akuten Hautwolf ist das Trockenhalten der betroffenen Hautstelle. Auch jetzt kann eine atmungsaktive Schutzcreme für eine Beruhigung und Regeneration sorgen. Meist ist die Reizung dann nach ein bis zwei Wochen abgeklungen. Beim Verdacht auf eine Pilzinfektion werden antimykotische Salben mit Nystatin, manchmal auch in Kombination mit Cortison vom Arzt verordnet. Hier sollte die Behandlung über zwei bis vier Wochen fortgeführt werden, um Rezidive zu vermeiden. ■

Sabine Breuer,  
Apothekerin/Chefredaktion