



## Neurodermitis

Neurodermitis (atopisches Ekzem, atopische Dermatitis oder endogenes Ekzem) ist eine haeufige Hauterkrankung aus der Gruppe der Atopien (mit Allergien assoziierte Krankheiten).

Trockene Haut mit zeitweise starkem Juckreiz ist typisch, das Krankheitsbild kann aber je nach Patient und Alter sehr unterschiedlich verlaufen. Im Saeglingsalter zeigt sie sich vor allem an den Wangen als Roetung, manchmal mit gelblich-braeunlichen Krusten, aber auch an Armen und Beinen oder am Koerper (Rumpf). Ab dem zweiten Lebensjahr treten die Veraenderungen meist als trockene Stellen an Ellbeugen und Kniekehlen sowie am Nacken und an den Handgelenken auf. Man sieht oft deutliche Kratzeffekte bis zu blutenden Hautlaesionen.

Die Ursache ist noch weitgehend unbekannt, wahrscheinlich spielen mehrere Faktoren zusammen auf Basis einer erblichen Veranlagung. In den meisten Faellen bessert sich die Erkrankung mit zunehmendem Lebensalter, ein Teil der Patienten kann aber eine andere Erkrankung des atopischen Formenkreises (z.B. Asthma) entwickeln.

### Haeufigkeit

Etwa 2,5 Prozent der Bevoelkerung sind betroffen, Schulkinder bis zu 10 Prozent. Laut einer deutschen Studie liegt das Risiko fuer ein Neugeborenes, Neurodermitis zu bekommen, in Familien ohne Hinweise auf Allergiegefaehrung bei etwa 10 Prozent, bei einem erkrankten Elternteil bei 15 Prozent und wenn beide Elternteile erkrankt sind bei etwa 45 Prozent.

Man nimmt heute an, dass Gene zu einer Atopieveranlagung fuehren koennen, und letztendlich Umweltfaktoren darueber entscheiden, ob aus einer Veranlagung eine Erkrankung wird. Die Wahrscheinlichkeit, dass die Mutter Neurodermitis vererbt, ist etwas hoeher als beim Vater.

Neurodermitis ist aber keine Allergie, da es im Regelfall keine klaren ausloesenden Allergene gibt wie beispielsweise beim allergischen Asthma.

### Risikofaktoren

Die Ernaehrung der Mutter waehrend der Schwangerschaft hat keinen Einfluss auf den Verlauf einer Neurodermitis, sehr wohl aber die Ernaehrung der Mutter waehrend der Stillzeit und die Ernaehrung des Saeglings waehrend des ersten Lebensjahres. Rauchen waehrend der Schwangerschaft und Stillzeit gilt als Risikofaktor, ebenso klimatische Bedingungen und psychische Faktoren.

Allergien in der Familie spielen eine Rolle, haeufiger betroffen sind Kinder in kleineren Familien (ein oder zwei Kinder), Kinder aelterer Muetter und aus hoeheren sozialen Schichten. Es gibt Hinweise darauf, dass das seltenere Auftreten von Infektionserkrankungen in den ersten Lebensjahren das Immunsystem in Richtung Allergie verlagert und so die Zunahme atopischer Erkrankungen foerdert.

## Neurodermitis und Impfungen

Impfungen verschlechtern Neurodermitis nicht und koennen die Erkrankung auch nicht ausloesen. Bei akuten Entzuendungen sollte die Impfung jedoch verschoben werden.

## Symptome

Im Vordergrund stehen der zeitweise starke Juckreiz und eine trockene Haut. Im Saeuglingsalter sieht man vor allem an Wangen und am behaarten Kopf, bei Schueben am ganzen Gesicht und Rumpf Roetungen mit Blaeschen und Krusten. Durch das Kratzen kommt es zu entzuendlich-naessenden Ekzemen mit Kratzspuren. Bei Kindern sind typischerweise Ellbeugen und Kniekehlen sowie der Nacken betroffen. Die Erkrankung verlaeuft schubweise, Ausloeser sind psychische Belastungen, Wetterveraenderungen, Reaktionen auf Waschmittel oder Nahrungsmittel, wie z.B. Nuesse, Milch etc. Eine Besserung ist oft bei Klimawechsel (Gebirgsklima ueber 1.500 m oder Meeresklima) moeglich.

## Verlauf

Bei einem Groszteil der betroffenen Kinder verschwinden die Hautveraenderungen bis zum Erwachsenenalter wieder. Mit einer laengeren Krankheitsdauer muss aber beim Vorhandensein einer erblichen Belastung, einem Beginn der Erkrankung vor dem dritten Lebensmonat, bei schwerwiegendem Verlauf oder bei Auftreten von Allergien gerechnet werden.

## Komplikationen

Vor allem Infektionen der offenen Hautstellen mit Bakterien (Staphylokokken) oder mit Herpes (Ekzema herpeticatum) fuehren zu Komplikationen.

## Ernaehrung bei Neurodermitis

### Die Stillzeit

Stillen ist die beste Ernaehrung fuer Saeuglinge, auch zur Vorbeugung der Entstehung von Neurodermitis. Es sollte in Familien mit Allergiebelastung wenn moeglich mindestens vier, besser aber sechs Monate ausschliesslich gestillt werden. Wenn das nicht moeglich ist, sollte Babynahrung mit dem Zusatz HA (hypoallergen) verwendet werden.

### Allergie auf Muttermilch

Muttermilch loest keine Allergie aus. Es kann aber sein, dass die stillende Mutter Stoffe mit der Nahrung oder durch Medikamente zu sich nimmt, die in die Milch uebergehen und beim Saeugling zu Reaktionen fuehren koennen, beispielsweise Kuhmilch oder Zitrusaeft.

### Die Ernaehrung der stillenden Mutter

In der Stillzeit benoetigt der Koerper viel Energie, es sollte also auf eine Gewichtsreduktion waehrend der Stillzeit verzichtet und auf eine ausgewogene, vitaminreiche Ernaehrung geachtet werden. Vermeiden Sie aber hochallergene Nahrungsmittel wie zum Beispiel Kuhmilch, Fisch, Meeresfruechte, Nuesse oder rohe Huehnereier.

### Nach dem sechsten Monat

Nach dem sechsten Lebensmonat kann man Beikost anbieten. Geben Sie neue Nahrung einzeln und im Abstand von mehreren Tagen, damit Sie sehen, ob Ihr Kind das neue Lebensmittel verträgt.

Im ersten Lebensjahr sollte Ihr Kind keine Kuhmilch erhalten, achten Sie aber auf ausreichende Kalziumzufuhr, zum Beispiel durch kalziumreiches Mineralwasser.

Hochallergene Nahrungsmittel wie Fisch, Eier, Nüsse und Zitrusfrüchte sollte man erst nach dem ersten Geburtstag anbieten.

## Ab dem ersten Lebensjahr

Es gibt keine generelle Neurodermitisdiät, achten Sie aber besonders auf Unverträglichkeiten und besprechen Sie die Ernährung mit Ihrem Kinderarzt. Sinnvoll ist es, die Wirkung bestimmter Nahrungsmittel auf die Haut zu beobachten, z.B. Zitrusfrüchte, Obstsaften und Gewürze. Auch eine ausreichende Flüssigkeitsmenge spielt eine wichtige Rolle, da die Schweißabgabe bei Neurodermitis gestört ist.

## Hautpflege

Neurodermitishaut braucht besondere Pflege. Die Haut ist trocken, juckt und der Fettsäuremantel ist dünn, weshalb die Rückfettung der Haut von besonderer Bedeutung ist. Kratzende und zu warme Kleidung (z.B. aus Wolle) sollte gemieden und beim Waschen kein Weichspüler verwendet werden.

## Tipps

- Der pH-Wert der Pflegemittel sollte möglichst dem der Haut entsprechen und bei etwa 5,5 liegen.
- Nehmen Sie sich für die Hautpflege Zeit.
- Behandeln Sie nicht jede Körperregion gleich.
- Verwenden Sie mehrmals täglich rückfettende Salben.
- Fette Cremes und Salben sollten Sie nur auf die betroffenen Hautstellen auftragen.
- Tragen Sie die Präparate nicht zu dick auf.
- Regelmäßiges Nagelschneiden ist wichtig.
- Beachten Sie die Ablaufdaten der Pflegeprodukte.
- Bei einem nässenden oder eitrigen Ekzem sollten Sie den Arzt aufsuchen.
- Erklären Sie Ihrem Kind die Hauterkrankung so gut wie möglich.
- Bei Schmerzen helfen kalte Umschläge mit schwarzem Tee oder sanftes Klopfen auf die schmerzende Haut.
- Achten Sie auf mögliche Auslöser.
- Kleinkinder können in der Nacht Baumwollfüßlinge tragen.
- Bettwäsche mit Baumwollfüllung ist besser verträglich.
- Die Raumtemperatur sollte etwa 20 °C betragen, die Luftfeuchtigkeit mindestens 55 Prozent.
- Suchen Sie Kontakt zu Selbsthilfegruppen.
- In Problemsituationen sollten Sie auch professionelle psychologische Unterstützung in Anspruch nehmen, da die Situation zu einer großen Belastung für die ganze Familie werden kann.

## Das Baden

Üblicherweise bessert sich der Hautzustand, wenn die Kinder nicht mehr als zweimal pro Woche gebadet werden und die Wassertemperatur nicht über 36 °C liegt. Baden Sie etwa zehn Minuten lang und verwenden Sie Badezusätze wie z.B. Mandelöl. Man kann aber auch einen Esslöffel kaltgepresstes Olivenöl mit einem Viertel Liter Milch mischen und ins Badewasser geben - bitte Vorsicht bei Milchallergie oder Unverträglichkeit! Trocknen Sie die Haut nach dem Baden vorsichtig ab und cremen Sie anschließend mit Fettcreme ein.

## Der Juckreiz

Der oft sehr starke Juckreiz selbst kann durch Massnahmen wie Kaelte (feuchte Umschlaege mit zum Beispiel schwarzem Tee oder Zinnkraut), Verwendung von rueckfettenden Cremes und durch juckreizstillende Medikamente gelindert werden. Auch bestimmte durchblutungsveraendernde Umschlaege etwa mit Tannosynt ® helfen gut.

Verwenden Sie Kleidung aus Baumwolle und achten Sie darauf, dass die Raumtemperatur nicht zu hoch ist. Eine Moeglichkeit zur Abkuehlung ist eine mit Eiswuerfeln gefuellte Blumenspritze. Eine spezielle Bekleidung enthaelt Silberfaeden, die die Entzuendungsreaktion guenstig beeinflusst.

## Behandlung

Die Behandlung von Neurodermitis ist schwierig, weil die unterschiedlichen Ausloeser und Hauttypen kein einheitliches Therapieschema zulassen. Basis der Therapie ist die Hautpflege.

Im Folgenden erhalten Sie einen kurzen Ueberblick ueber verschiedene Therapien (fuer die Einteilung der Behandlung kann man sich ein Stufenprogramm zurechtlegen, wobei man bei Verschlimmerung jeweils eine Stufe hinaufsteigt):

- 

### 1. Stufe:

Cremen und Salben (z.B. Ultrabas/Ultrasicc) mit einer fettigen Grundlage fuer die taegliche Basispflege der Haut. Diese Salben dienen der Basispflege und enthalten im Prinzip kein Medikament. Auch bei im Intervall schoener Haut sollte weitergcremt werden.

- 

### 2. Stufe:

Salben mit einer speziellen Fettgrundlage (z.B. Nachtkerzenoelsalbe oder Mandeloelsalbe) bei sehr trockener und rissiger Haut mit Roetungen, eventuell auch feuchte Umschlaege bei naessender Haut.

- **3. Stufe:**

Kortisonfreie entzuendungshemmende Salben bei staerkerem Juckreiz und beginnenden Schueben. Folgende Praeparate sind erhaeltlich:

- 

#### **Cardiospermum:**

Die Pflanze Cardiospermum hat eine kortisonaehnliche Wirkung und lindert den Juckreiz. Es sind keine wesentlichen Nebenwirkungen bekannt.

- 

#### **Farbstoffe:**

Verschiedene medizinische Farbstoffe koennen bei Neurodermitis und auch bei Hautinfektionen eingesetzt werden. Der Nachteil ist, dass die Haut entsprechend gefaerbt wird.

- 

#### **Harnstoff:**

Harnstoffhaltige Cremes helfen bei der Behandlung trockener Haut. Sie verbessern die Fähigkeit der Haut, Wasser zu binden, lindern den Juckreiz und sind gut verträglich. Der Einsatz von Harnstoff hat aber nichts mit der Gabe von Eigenurin zu tun.

- 

#### **Ichthyol:**

Ichthyol besteht aus Schwefelsalzen und wird aus Schieferoel gewonnen. Es wirkt sowohl juckreizstillend als auch entzündungshemmend, riecht aber nach Teer.

- 

#### **Tacrolimus (Praeparat Protopic) bzw. Pimecrolimus (Praeparat Elidel)**

sind Substanzen, die vom Pilz Streptomyces produziert werden und fuer die Behandlung erhaeltlich sind. Beim Auftragen brennt die Haut kurz, danach verschwindet jedoch der Juckreiz. Erste europaeische Studien zeigen, dass bei Patienten mit mittlerer bis schwerer Neurodermitis bereits innerhalb von drei Tagen signifikante Verbesserungen zu verzeichnen sind. Am Ende einer dreiwoechigen Behandlung konnte im Mittel eine Verbesserung der Hautzustaeude um bis zu 83 Prozent erreicht werden. Tacrolimus war gut verträglich, und es ist vor allem ein Kortison sparender Effekt zu erwarten.

- 

#### **4. Stufe:**

Kortisonsalben (z.B. Praeparat Advantan) werden bei akuten Entzündungen eingesetzt. Sie sollten aber moeglichst gering dosiert und so kurz wie moeglich eingesetzt werden. Kortison ist im akuten Stadium der Erkrankung ein wichtiges Therapeutikum, da es rasch die Entzündung hemmt, allerdings sind die eventuellen Nebenwirkungen zu beachten. Kortison kann nur die ablaufende Entzündungsreaktion beeinflussen, nicht aber den Ausloeser bekaempfen, wie zum Beispiel eine allergische Reaktion oder psychischen Stress. Nebenwirkungen (vor allem aelterer Praeparate) sind eine Verduennung der Haut, eine Erweiterung der kleinen Blutgefuesse, eine Verstaerkung des Haarwachstums, eine Veraenderung der Verteilung des Fettgewebes und eine erhoehete Infektionsanfaelligkeit. Die neuen Salben sind aber gut verträglich. Studien haben ergeben, dass etwa 100 Gramm kortisonhaltige Salbe (Klasse 1) im Jahr unbedenklich aufgetragen werden koennen. Wenn Sie zeitweise Kortisonsalben verwenden muessen, sollten Sie einen Kalender ueber die Haeufigkeit der Anwendung fuehren.

### **Juckreizstillende Medikamente**

Vor allem abends kann die Verwendung von Antihistaminika als Tropfen (z.B. Fenistil) den Juckreiz lindern. Umschlaege mit kuehlem Schwarztee oder Gerbstoffen (Phenol-Methanalarharnstoff) helfen gut.

### **Phytotherapie**

Bei der Phytotherapie werden pflanzliche Extrakte als Medikament, Umschlag, Tee oder Diaet angewendet.

- 

#### **Nachtkerzen- und Borretschsamenoel**

Natuerliche Gamma-Linolensaere ist in hohen Konzentrationen zum Beispiel in Nachtkerzen- oder Borretschsamenoel enthalten. Besonders im fruehen Kindesalter spielt es in der Hautpflege eine grosze Rolle. Gamma-Linolensaere kann auch in Form von Kapseln eingenommen werden.



#### **Eichen- und Buchenrinde**

Die Extrakte der Rinde von Eiche und Buche hemmen Entzuendungen und lindern den Juckreiz. Auszerdem werden Infektionen mit Hautbakterien besser vermieden.



#### **Ringelblume**

Die Blueten von Ringelblumen wirken entzuendungshemmend, allerdings kommt es nicht selten zu allergischen Reaktionen.



#### **Schwarzer Tee**

Schwarzer Tee enthaelt Gerbstoffe, kann das Eindringen von Bakterien in die Haut vermindern und hilft auch bei Juckreiz gut (kalt!).



#### **Tannosynt**

Tannosynt enthaelt den Gerbstoff Phenol-Methanalharnstoff und ist auch antibakteriell wirksam.



#### **Teer**

Teer ist eine sehr komplexe Natursubstanz und ein gutes Mittel in der Behandlung der Neurodermitis. Teer hemmt Entzuendungen und verhindert Verdickungen der Haut, stoert aber durch Geruch, Farbe und Verfaerbung der Waesche.



#### **Murmeltierfett und Nerzoel**

Murmeltierfett enthaelt natuerliches Kortison, so dass es bereits nach einer einwoechigen Behandlung zu einer Verduennung der Haut kommen kann. Aus diesem Grund ist es nicht ungefaehrlich.

## **Alternative Therapien**

Es werden zahlreiche alternativmedizinische Masznahmen angeboten, die man ergaenzend einsetzen kann. Allerdings sollte man auch der Alternativmedizin genauso kritisch gegenueberstehen wie der Schulmedizin und bei ausbleibendem Erfolg die Behandlung ueberdenken. Im Folgenden ein kurzer Ueberblick ueber haeufig angewandte Therapien.

- **Akupunktur**

Die Wirkungsweise der Akupunktur beruht darauf, dass die oberflaechlichen Koerperschichten wie Haut und Muskulatur mit den inneren Organen in Beziehung stehen. Mit duennen Nadeln werden die Akupunkturpunkte gestochen und damit die den Hautstellen zugeordneten Organe beeinflusst, "der

freie Fluss der Lebenskraft wiederhergestellt". Bisher gibt es keine wissenschaftliche Untersuchung, die einen Hinweis auf die Wirksamkeit bei Neurodermitis im Kindesalter zeigen konnte, allerdings gibt es dokumentierte Berichte ueber deutlich gebesserte Einzelfaelle.

•

### **Homoeopathie**

Die Homoeopathie beruht auf der Annahme, dass sich Krankheiten heilen lassen, wenn dem kranken Organismus in ganz geringen Mengen die Stoffe zugefuehrt werden, die in einer hoeheren Dosierung beim Gesunden aehnliche Symptome hervorrufen (Aehnliches mit Aehnlichem heilen).

In der klassischen Homoeopathie sind bereits zahlreiche Studien durchgefuehrt worden, die bei einer zusammenfassenden Bewertung (Meta-Analyse) eher positive als negative Ergebnisse zeigten. Homoeopathie ist daher als Ergaenzung einer umfassenden Neurodermitistherapie geeignet.

### • **Symbioselenkung**

Bei der Symbioselenkung wird davon ausgegangen, dass im Darm eines Patienten mit Neurodermitis eine Ueberwucherung mit Pilzen oder Bakterien vorliegt. Eine Veraenderung der Darmbesiedlung mit fuer den Patienten guenstigen Keimen soll die Neurodermitis kurieren. Diese Theorie konnte aber in der Praxis nicht wirklich bestaetigt werden.

•

### **Urintherapie**

Eigenurin wird auch in der Neurodermitisbehandlung eingesetzt, um die Abwehrreaktionen des Koerpers zu staerken und den Harnstoffanteil zu erhoehen. Der Nachweis, dass Eigenurin innerlich angewendet das Immunsystem des Koerpers staerkt, fehlt aber voellig, daher ist davon auch abzuraten.

•

### **Elektroakupunktur nach Voll**

Koerper kommt es staendig zu sehr kleinen elektrischen Spannungsaenderungen, die an der Koerperoberflaeche gemessen werden koennen. Bei der Elektroakupunktur haelt der Patient eine Elektrode, waehrend mit einer zweiten Elektrode die Akupunkturpunkte stimuliert werden. Eine Wirkung dieses Verfahrens konnte bei Neurodermitis bislang nicht belegt werden.

•

### **Kinesiologie**

Die Kinesiologie basiert auf der Vorstellung, dass Stoerungen im Energiefluss des Koerpers (z.B. durch Allergene) zu Veraenderungen in der Muskelspannung fuehren koennen. Es gibt aber oft keine Uebereinstimmungen solcher "Allergietests" mit den Beschwerden des Patienten.

•

### **Bioresonanztherapie**

Die Bioresonanztherapie unterscheidet im Menschen zwischen gesunden und kranken Schwingungen, wobei ein eigenes Geraet die krankhaften Schwingungen loeschen soll. Oft zeigen verschiedene Untersucher aber auch verschiedene Resultate an. Erfolge gab es nur in Einzelfaellen. In der Therapie der Neurodermitis spielt die Bioresonanz keine ernst zu nehmende Rolle.

## **Psychische Aspekte**

Verschlechterungen der Neurodermitis koennen in Phasen psychischer Belastung gehaeuft auftreten, aber auch die Erkrankung selbst bringt Belastungen mit sich, da die Kinder die Erfahrung machen, dass die Beruehrung der Haut schmerzhaft sein kann. Kinder, die frueh Neurodermitis entwickeln, druecken Gefuehle wie Traurigkeit oder Schmerz oft durch Beschaeftigung mit der Haut aus. Auch die mit der relativ aufwaendigen Pflege des Kindes verbundene Belastung der Eltern spielt eine grosze Rolle. Nicht unterschaezt werden darf, dass die taegliche Neurodermitis-Pflege eine manchmal unangenehme bis schmerzhafte Erfahrung und Belastung der Beziehungsgestaltung darstellen kann. Neben der Verwendung von moeglichst nicht brennenden Salben sollte auch auf den sensiblen, behutsamen Umgang beim Eincremen auf die schmerzende Haut geachtet werden. Ueber die Haut nimmt das Baby die zaertlichen, liebevollen Beruehrungen auf, die zu den positiven Beziehungskreislaeufen beitragen koennen, aber auch Schmerzen.

Neurodermitispatienten haben keine "besondere Persoenlichkeitsstruktur", die die Krankheit beguenstigt. An Neurodermitis erkrankte Kinder sind genauso intelligent wie Kinder mit gesunder Haut. Die Zusammenhaenge zwischen Psyche und Haut sollte man im Einzelfall mit einem Kinderpsychologen besprechen.

© DDr. Peter Voitl

Inhalt erstellt: 7. Oktober 2003. Letzte Aenderung: 26. Juli 2011.