

Neurodermitis

Am schlimmsten ist der Juckreiz

Krankheitsursachen oft in unmittelbarer Umgebung

Starker Juckreiz, Veränderungen der Haut, schließlich Ekzeme (Hautausschlag): Dies sind eindeutige Zeichen für eine Neurodermitis, eine allergisch bedingte Hauterkrankung.

Bei den meisten Betroffenen treten Rötungen auf, bilden sich Knötchen und Hautvergrößerungen; Ekzeme sind häufig im Bereich der Ellenbogen und der Kniekehlen zu finden. Alle Erkrankten plagt ein furchtbarer Juckreiz. Er ist das gemeinsame und hervorstechende Symptom einer Neurodermitis.

Die Ursachen für eine Neurodermitis können sehr vielfältig sein – von erblicher Veranlagung und Hautbeschaffenheit bis hin zu den Umwelteinflüssen durch Allergene, Hautreizungen oder anderes. Grundlage für die Erkrankung sind jedoch persönliche Faktoren.

Auslöser für einen solchen Schub sind vor allem Hausstaubmilben bzw. deren Kot, Pollen, Tierhaare und Nahrungsmittel. Selbst Zigarettenrauch reicht bei manchen aus, um Juckreiz hervorzurufen. Daneben kann auch

eine akute oder chronische Belastung (Stress) als Auslöser eine Rolle spielen. Neurodermitis-Erkrankte haben eine dünnere Hornschicht der Haut, und ihre Fähigkeit zur Säureregulation ist beeinträchtigt. Die



trockene Haut ist Folge von höherem Wasserverlust und verminderter Talgproduktion, was sie besonders empfindlich macht.

Trockene Haut braucht gute Pflege

Eine Grundlage der Behandlung ist deshalb sorgfältige Pflege, um die Hauttrockenheit

zu beheben. Ziel dabei ist es, den Wasserhaushalt und Fettfilm der Haut zu verbessern. Erreichen kann man dies durch regelmäßiges Eincremen der gesamten Haut. Salbenzusätze, wie Harnstoff oder D-Panthenol verstärken die gewünschte Wirkung noch. Außerdem haben sich rückfettende, juckreizstillende Badezusätze und Duschlotionen als sinnvoll erwiesen.

Eine weitere Behandlungsform ist die medizinische Bestrahlung der Haut mit UV-Licht. Denn bei vielen Neurodermitikern zeigt sich bereits eine Besserung des Hautzustandes durch eine höhere Sonnenlichtdosis. Dieser Effekt kann in Kombination mit Meeres- oder Höhenluft noch verbessert werden. In jedem Fall sollten Erkrankte einen Facharzt aufsuchen, um sich beraten und behandeln zu lassen.

Daran sollten Sie sich halten:

- ▶ Nicht zu häufig baden oder duschen. Durch häufiges Waschen quillt die Haut, und der Säureschutzmantel der Haut wird zerstört.
- ▶ Die Haut möglichst nur mit Wasser oder mit milden rückfettenden Waschlotionen reinigen.
- ▶ Nicht zu heiß duschen (etwa 32 Grad Celsius) und nicht zu lange (höchstens 5 Minuten).
- ▶ Keine Massagebürsten oder harten Schwämme benutzen.
- ▶ In der Badewanne Ölbäder verwenden und die Haut danach eincremen.
- ▶ Verunreinigungen in Cremedosen vermeiden, die Creme mit einem Spatel oder Löffelstiel entnehmen.
- ▶ Beim Abtrocknen die Haut eher abtupfen als abreiben.
- ▶ Hautreizende Materialien meiden. Kleidung aus reiner (unbehandelter) Baumwolle vorziehen.
- ▶ Im Haushalt, Garten etc. mit Schutzhandschuhe (Vorsicht bei Latex) arbeiten. 