

Patienten mit
Neurodermitis

Hilfe für
Ihre Haut





Vorwort

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

wie wichtig eine gesunde, glatte und gut durchblutete Haut für unser Wohlbefinden ist, merkt man spätestens dann, wenn sich rote, schuppende oder nässende Stellen im Gesicht, an den Händen oder an anderen Körperstellen entwickeln, die womöglich noch stark jucken – wie dies bei Neurodermitis der Fall ist.



FOTO © ZÄHNER

Neurodermitis ist eine chronische Erkrankung, die das Leben Betroffener und ihrer Angehörigen beeinträchtigen kann. Phasen mit Krankheitsschüben wechseln sich mit Phasen ohne sichtbare Hautveränderungen ab. Das Ziel einer Behandlung ist es, die Häufigkeit solcher Schübe zu reduzieren oder beim Auftreten von Schüben zumindest deren Stärke und Dauer zu verringern.

In den vergangenen Jahren ist es gelungen, das Angebot der Behandlungsmöglichkeiten durch neue Medikamente zu erweitern. Heutzutage können sowohl akute Entzündungen gut behandelt als auch das Auftreten neuer Entzündungsschübe verhindert oder deutlich gemildert werden.

Prim. Univ.-Prof. Dr. Beatrix Volc-Platzer

Abteilungsleiterin Dermatologische Abteilung,
Sozialmedizinisches Zentrum Ost – Donauespital
Leiterin der Arbeitsgruppe Pädiatrische Dermatologie
der Österreichischen Gesellschaft für Dermatologie
und Venerologie (ÖGDV)

Neurodermitis im Überblick

Eine Vielfalt an Symptomen

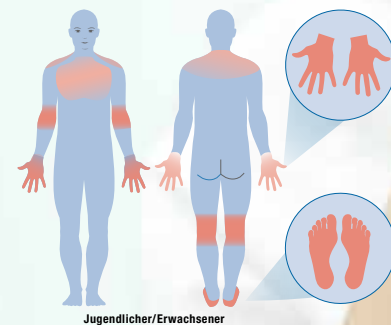
Neurodermitis äußert sich in immer wieder **auf-tretenden Entzündungen** der Haut mit Juckreiz, Rötung, Nässen, Schuppung und Krustenbildung. Typische Stellen, an denen die Erkrankung auftritt, sind **Ellenbeugen, Kniekehlen, Nacken, Hals** und **Gesicht**. Bei kleinen Kindern aber auch bei Erwachsenen finden sich häufig Ekzemherde an den **Unterarmen** und an den **Unterschenkeln**.

Weiteres typisches Symptom ist eine **trockene Haut** mit Schuppenbildung an den Fingern bzw. an den Fingerspitzen, besonders in der kalten Jahreszeit. Charakteristisch für Neurodermitis ist weiters **sprödes Haar** und eine Neigung zu Infektionskrankheiten der Haut, wie **bakterielle Infektionen** oder **Herpes**. Patientinnen und Patienten mit Neurodermitis haben auch ein höheres Risiko für andere sog. atopische Krankheiten, wie beispielsweise **asthmatische Bronchitis, Asthma** und Überempfindlichkeitsleiden wie **Allergien**.



Andere geläufige Bezeichnungen für Neurodermitis sind **atopisches Ekzem, atopische Dermatitis** oder **endogenes (mikrobielles) Ekzem**.

10 bis 20 Prozent der Kinder unter fünf Jahren, bis zu 10 Prozent der Schulkinder und etwa 2 bis 3 Prozent der erwachsenen Bevölkerung leiden an Neurodermitis – **bei steigender Tendenz**.

Die Gründe für eine Zunahme der Häufigkeit sind unklar. Es könnte sein, dass dies mit Umweltveränderungen und dem Lebensstil zusammenhängt.



Jugendlicher/Erwachsener

 schwach ausgeprägter Befall	Charakteristische altersabhängige Lokalisation
 stark ausgeprägter Befall	Hautveränderung
	<ul style="list-style-type: none">• überwiegend trocken• lichenifiziert (= Verdickung der Haut)
	Häufig befallene Körperstellen
	<ul style="list-style-type: none">• Gesicht, Stirn, Augenlider, perioral, seitlicher Hals, Nacken• Brustbereich, Schultern• große Gelenkbeugen

So entsteht Neurodermitis

Ursachen noch ungeklärt

Die **Ursache** für Neurodermitis ist trotz intensiver Forschung noch **nicht endgültig geklärt**. Gesichert ist, dass mehrere Faktoren zusammenspielen und eine **erbliche Veranlagung** besteht: Wenn z.B. beide Eltern an Neurodermitis leiden, besteht ein 80-prozentiges Risiko für das Kind auch an Neurodermitis zu erkranken. Genetische Ursachen sind in Veränderungen von Strukturbestandteilen der Hautbarriere mit verminderter Feuchthaltefunktion der Haut zu suchen, weiters in Veränderungen der Immunantwort bzw. der Produktion von Mediatoren der Entzündung.

Krankheitsausbrüche und -schübe können durch **Umwelteinflüsse** (extreme Temperaturen, Chemikalien, Allergene wie Pollen, Staub, Schimmel) und **emotionale Faktoren** mit besonderen Stresssituationen gefördert werden. Entgegen verbreiteten Vorurteilen ist Neurodermitis **nicht ansteckend**.



Typische Krankheitsanzeigen

Gestresste Haut

Bei Neurodermitis lassen sich drei Krankheitsstadien beobachten.

Im **akuten Stadium** treten entzündliche Veränderungen wie Rötungen (Erythem), Nässen und Krustenbildung neu auf und bleiben über Tage bis zu 4 Wochen bestehen, ältere Hautschäden verschlechtern sich.

Bei anhaltenden Entzündungen geht das akute in ein sogenanntes **subakutes Stadium** über, das über Wochen bis Monate anhalten kann. Es kommt zu Rötungen, kleinen Knötchen und zur Schuppung einzelner Hautstellen.

Schließlich folgt ein **chronisches Stadium**, das über Monate bis Jahre bestehen bleiben kann. Im chronischen Stadium ist das gleichzeitige Auftreten **verschiedener Hautveränderungen** möglich.

Die Haut erscheint dicker, ein Phänomen, das Hautärzte als **Lichenifikation** bezeichnen. Es kann zu vermehrter Schuppung, verstärkter Verhornung und tiefen Hautrissen kommen, aber auch zur Veränderung der Hautfarbe: Sie kann blasser oder dunkler werden.

Wichtige Hinweise auf Neurodermitis

Die schwierige Diagnose

- intensiver **Juckreiz**
- wiederkehrender **Ausschlag**, trockene, fleckige und/oder schuppende Haut
- **Familiengeschichte** von atopischen Erkrankungen wie Neurodermitis, Heuschnupfen oder Asthma
- **früher Beginn** der Erkrankung

Eine **richtige Diagnose** erfordert, dass Ihre Hautärztin oder Ihr Hautarzt die Haut umfassend untersucht und Ihre **medizinische Krankheitsgeschichte** genau erfasst. Es gibt keinen einfachen Test, um Neurodermitis festzustellen.

Verlauf und Behandlungsmöglichkeiten

Trotzdem genießen lernen

Eine endgültige Heilung von Neurodermitis ist derzeit **noch nicht möglich**. Die Symptome gehen in den meisten Fällen mit zunehmendem Alter zurück und die **Beschwerden nehmen laufend ab**. Glücklicherweise sind Fälle mit lebenslangem Verlauf selten. Sollten die Beschwerden im Laufe der Jahre völlig verschwinden, werden Betroffene aber meist weiterhin zu trockener, empfindlicher Haut tendieren.

Zur Behandlung **akuter Neurodermitis-Schübe** stehen entzündungshemmende Arzneimittel, die auf die Haut aufgetragen werden, zur Verfügung. Hierbei handelt es sich entweder um Kortisonpräparate oder sog. Calcineurinhemmer. Weitere Therapieverfahren sind z.B. Phototherapie oder, in schweren Fällen, oral einzunehmende Arzneimittel.

Die nicht-medikamentöse **Basispflege** soll jeden Tag und auch zusätzlich zur gegebenenfalls erforderlichen Akut-Therapie erfolgen, sie ist eine wichtige Komponente zum Erhalt einer normalen Hautschutzbarriere.

Umfragen zeigen, dass ein Drittel der erwachsenen Patientinnen und -Patienten **mindestens 6 mal jährlich** einen Neurodermitis-Schub haben, bei der Hälfte von ihnen dauern diese Schübe eine Woche oder länger. Sie können zu versäumten Schultagen, Krankenstandstagen und zu Einschränkungen bei Freizeitaktivitäten und im Familienleben führen.

Ein moderner Therapieansatz besteht in der Vermeidung weiterer Schübe durch eine **proaktive Therapie** mit entzündungshemmenden Präparaten. Begleitend dazu ist auf einen ausreichenden Sonnenschutz zu achten.

Tipps für den Alltag

Was Sie täglich beachten sollten

Durch eine Reihe praktischer Maßnahmen können Sie Ihre Beschwerden lindern und Neurodermitis-Schüben vorbeugen.

- Da Neurodermitis nicht heilbar ist, braucht es einen **Maßnahmenplan**, der langfristig eingehalten wird (Langzeit-Management).

- Beobachten Sie genau, welche **Faktoren** und **Einflüsse** bei Ihnen Krankheitsschübe auslösen und vermeiden Sie diese nach Möglichkeit.

- Eine sogenannte „Neurodermitis-Diät“ ist NICHT empfehlenswert. Nur im Falle einer **nachgewiesenen Nahrungsmittel-Allergie** ist eine Ernährungsumstellung sinnvoll.

- Pflegen Sie Ihre Haut täglich um die **Hautschutzbarriere** aufrecht zu erhalten. Benutzen Sie nur Produkte zur Basispflege, die Ihnen Ihre Hautärztin oder Ihr Hautarzt empfohlen hat. Tragen Sie die Pflege innerhalb von drei Minuten nach dem Duschen oder Baden auf.
- Nehmen Sie **handwarme Bäder** und **Duschen**.

- Verwenden Sie **milde Seifen** oder **seifenfreie Reinigungspräparate** mit einem neutralen pH-Wert und meiden Sie parfümhaltige Produkte.

- Trocknen Sie Ihre Haut nach dem Duschen oder Baden **vorsichtig mit einem weichen Handtuch** ab – nicht rubbeln!

- Achten Sie darauf, dass Ihre **Kleidung nicht zu eng, warm, rau** oder **kratzend** ist. Am besten ist es, Baumwolle und weiche Stoffe zu tragen.

- **Waschen** Sie **neue Kleidung** vor dem erstmaligen Tragen und entfernen Sie Etiketten, damit die Haut nicht irritiert wird.


Aufrechterhaltung der Hautschutzbarriere

Tägliche Basispflege

Oberstes Ziel der Neurodermitis-Behandlung ist und bleibt, die Haut feucht zu halten und zu beruhigen, um die Funktionen der Hautbarriere so weit wie möglich wieder herzustellen und damit Beschwerden wie **Juckreiz zu lindern**, **Entzündungen abzuheilen** und **Schüben vorzubeugen** bzw. ihre Häufigkeit zu verringern.

Ihre Hautärztin oder Ihr Hautarzt wird Ihnen zu **täglicher Feuchtigkeitspflege** Ihrer Haut raten. Diese hilft Ihnen, die Haut geschmeidig zu halten, beugt dem Juckreiz und Entzündungen vor und steigert Ihre **Lebensqualität**. Gut gepflegte Haut erschwert bzw. verhindert auch das Eindringen von Bakterien in die Haut.

Und sonst:

Alles Gute!

Wir wünschen Ihnen den **allerbesten Behandlungserfolg** und **gute Besserung**. Bitte kontaktieren Sie Ihre Hautärztin oder Ihren Hautarzt, wenn es zu keiner Besserung der Beschwerden kommen sollte.



Patienten mit Neurodermitis

Hilfe für Ihre Haut

Wissenschaftliche Beratung:

Prim. Univ.-Prof. Dr. Beatrix Volc-Platzer

MEDA Pharma GmbH, a Mylan Company

Guglgasse 15, 1110 Wien, +43 1 863 90 0, www.meda.at

 **Mylan**
Better Health
for a Better World