



Information

Neurodermitis

Neurodermitis ist eine chronische Hauterkrankung, die mit heftigem Juckreiz und Ekzemen verbunden ist. Die Neigung zu dieser Erkrankung wird vererbt. Ob, wann und wie eine Neurodermitis ausbricht ist jedoch im Einzelfall nicht vorhersehbar. Allerdings scheint die Häufigkeit in den letzten Jahren rasant zuzunehmen, vor allem bei Kindern.

Neurodermitis ist bis heute unheilbar. Allerdings lassen sich die Beschwerden durch eine geeignete Behandlung so lindern, dass man mit der Erkrankung leben kann.

Die genaue Ursache ist noch nicht geklärt, wahrscheinlich ist unter anderem unsere Lebensweise mit übertriebener Sauberkeit hierfür verantwortlich, weil sich das Abwehrsystem "langweilt" und gegen harmlose Dinge wie Pollen, Nahrungsmittel oder Hausstaub richtet. Tatsächlich sind Allergien ein wichtiges Kennzeichen der Neurodermitis, aber weder die einzige noch die alleinige Ursache.

Es gibt bisher keinen Test oder Blutwert, der die Neurodermitis eindeutig anzeigt. Die Diagnose kann erst durch den Krankheitsverlauf und das Zusammenspiel vieler Faktoren, ähnlich einem Puzzle, gestellt werden:

- **Allergien:** besonders häufig gegen Gräser- und Baumpollen, Hausstaubmilben und Nahrungsmittel (v. a. Milch, Ei, Nüsse, Fisch, Zitrusfrüchte, Farb- u. Konservierungsstoffe)
- **Hauttrockenheit:** durch die gestörte Barriere neigt die Haut verstärkt zur Austrocknung.
- **Abwehrschwäche:** vor allem gegen Infektionen mit Bakterien und Viren, z.B. Herpes, Warzen.
- **Schweißdrüsen:** Schwitzen führt häufig zu verstärktem Juckreiz.
- **Psyche:** psychische Belastungen können die Erkrankung maßgeblich verschlimmern.

Weil die Neurodermitis nicht nur eine Ursache hat, muss auch die Behandlung viele Aspekte individuell berücksichtigen. Erst

durch das Zusammenspiel kann ein befriedigender Erfolg erreicht werden, eine im wahren Sinn des Wortes ganzheitliche Therapie ist erforderlich.

Nicht alle Neurodermitispatienten sind über diese Zusammenhänge informiert, im Folgenden werden diese Behandlungen darum kurz skizziert :

Allgemeine Behandlungen

- Hautpflege, Hautreinigung
- Kleidung
- Klima
- Ernährung
- Allergien
- Stress abbauen

Äußerliche Behandlungen

- Kortison
- Andere Salben
- UV-Bestrahlung

Innerliche Behandlungen

- Antihistaminika
- Kortison
- Andere Tabletten

Allgemeine Behandlungen

Hautpflege und Hautreinigung:

Die Haut des Neurodermitikers ist zu trocken und muss meist regelmäßig eingefettet werden. Die hierfür geeignete Creme oder Salbe muss für jeden Patienten individuell herausgefunden werden. Jede Salbe kann nur ein minderwertiger Ersatz für das kompliziert aufgebaute eigene Hautfett sein, das (noch) nicht künstlich hergestellt werden kann. Darum ist es wichtig, das eigene Hautfett zu schonen. Insbesondere durch das Waschen mit Seifen wird das Hautfett entfernt, auch durch sogenannte hautfreundliche, pH-neutrale Syndets! Patienten sollten längere Bäder möglichst meiden und sich mit klarem Wasser, nur bei wirklicher Verschmutzung mit Seife, reinigen. Wird dennoch gebadet oder geduscht, sind ein Ölbad oder eine Öldusche sinnvoll, besser Spreitungs- als Emulgationsbäder. Generell gilt: Lieber das eigene Hautfett schonen, als ein minderwertiges zuführen.



Information

Neurodermitis

Fortsetzung 1

Kleidung

Die meisten Neurodermitiker reagieren mit Juckreiz auf Schwitzen. Die Kleidung sollte deshalb leicht und luftdurchlässig sein. In der Regel wird reine Baumwolle am besten vertragen, Wolle oder Synthetik wird meist als unangenehm empfunden. Während früher von Weichspülern abgeraten wurde, liegt heute eine gegenteilige Studie vor. Rat: beides ausprobieren.

Klima

Meistens bessern sich die Beschwerden in Frühling und Sommer, vor allem durch die Sonne. Allerdings kann sich bei Patienten mit Pollenallergien im Frühling auch die Haut verschlechtern oder im Sommer durch Schwitzen der Juckreiz zunehmen. Als besonders günstig haben sich Hochsee- und Hochgebirgsklima erwiesen.

Ernährung

Eine allgemeingültige Diät für Neurodermitis gibt es nicht. Allerdings haben viele Patienten, vor allem Kinder, Nahrungsmittelallergien oder –unverträglichkeiten gegen Milch, Eier, Soja, Südfrüchte, Nüsse, Fisch sowie Farb- und Konservierungsstoffe. Besteht ein Verdacht, der durch einen Haut- und Bluttest bestätigt wurde, dann sollte das verdächtige Nahrungsmittel weggelassen werden. Für Mütter Neurodermitis gefährdeter Kinder gilt: Wenn möglich, mindestens sechs Monate stillen.

Allergien

Neurodermitis ist keine Allergie, aber fast immer bestehen zusätzlich Allergien, die das Krankheitsgeschehen beeinflussen: Pollen, Tierhaare, Hausstaubmilben und Nahrungsmittel. Diese Allergien müssen erkannt und behandelt werden.

Stress abbauen

Fraglich ist, ob es einen besonderen Neurodermitis-Typ gibt, oder ob besondere Verhaltensmuster von Neurodermitikern nicht vielmehr Folge der jahrelangen Leidensgeschichte mit unerträglichem Juckreiz sind. Unbestritten jedoch ist die Bedeutung psychischer Faktoren.

- Negativer Stress, wie z. B. persönliche Probleme oder Überlastung am Arbeitsplatz, können den Juckreiz verstärken und so einen Krankheitsschub auslösen oder verstärken.
- Belastende Faktoren sollten erkannt und vermieden werden, hilfreich können hierbei z. B. eine Psychotherapie oder Autogenes Training sein.
- Provokationsfaktoren meiden: Jeder Patient muss mit der Zeit lernen, welche der o.g. Faktoren bei ihm eine Bedeutung haben.
- Eine entsprechende Lebensgestaltung verhindert meist keine neuen Schübe, kann diese aber mildern.

Äußerliche Behandlungen

Kortison ist ursprünglich ein körpereigenes Hormon mit entzündungshemmender Wirkung. Chemische Veränderungen brachten eine verstärkte Wirkung, aber auch ein erhöhtes Nebenwirkungsrisiko, vor allem eine dauerhafte Verdünnung der Haut. Inzwischen wurden sogenannte Soft-Kortisone mit geringeren Nebenwirkungen entwickelt, die jedoch deutlich teurer sind. Insgesamt gibt es heute zahlreiche Präparate in unterschiedlicher Stärke. Kortison ist bei akuten, schweren Schüben meist nicht zu vermeiden.

Andere Salben

- **Bufexamac:** entzündungshemmend, individuell sehr unterschiedliche Wirkungsstärke, bestenfalls wie ein schwaches Kortison. Als Nebenwirkung selten Allergien, keine Langzeitschäden bekannt.
- **Harnstoff:** Erhöht in der richtigen Konzentration die Feuchtigkeit der Haut. Zur Stabilisierung der Haut zwischen den Schüben geeignet, brennt bei aufgekratzter Haut.
- **Antibiotika:** Fast immer ist die befallene Haut mit krankmachenden Bakterien besiedelt, die bekämpft werden müssen. Antibiotika-Salben sind geeignet, besser sind aber desinfizierende Substanzen, weil hier keine Gewöhnung (Resistenz) eintritt.



Information

Neurodermitis

Fortsetzung 2

- **Desinfizierende Substanzen:** In Salbenform oder als feuchte Umschläge, z. B. Kaliumpermanganat, Chlorhexidin, Jod.
- **Teer, Schieferöl:** Gering entzündungshemmend, ein bisschen "aus der Mode" gekommen.
- **Tacrolimus** (Protopic oder Elidel): Immununterdrückender Wirkstoff in Salbenform, so stark wie ein mildes Kortison, aber ohne Hautverdünnung. Extrem teuer. Kann über ein Kassenrezept nur in schwersten Fällen verordnet werden.
- **UV-Bestrahlungen:** Ultraviolette (=UV) Licht ist entzündungshemmend, deshalb wirkt die Sonne oft heilend, ebenso künstliches UV-Licht. Abhängig von der Wellenlänge werden verschiedene Bestrahlungsarten unterschieden. Bei Neurodermitis wird vor allem UV-A eingesetzt, neuerdings auch als "Kaltlichtbestrahlung" mit UV-A1 (letztere wird meist nicht von den Krankenkassen bezahlt).

Weitere Varianten

- **PUVA-Therapie:** Hier wird UV-A Licht mit einer lichtverstärkenden Substanz kombiniert, entweder als Salbe, Bad oder Tablette.
- **Balneo-Phototherapie:** Kombination von Salzbadern und UV-Bestrahlung

Innerliche Behandlungen

- **Antihistaminika:** Juckreiz entsteht vor allem, wenn bestimmte Körperzellen (Mastzellen) einen juckreizfördernden Stoff (Histamin) freisetzen. Die Wirkung des Histamins kann mit Tabletten, den Antihistaminika, blockiert werden. Als Salbe sind diese Medikamente wirkungslos, lediglich auf Schleimhäuten, vor allem in Nase und Augen, sind bestimmte Antihistaminika einsetzbar.
- **Kortison:** Als Tablette oder Spritze extrem gut wirksam, aber bei längerer Anwendung auch extreme Nebenwirkungen (u. a. Zuckerkrankheit, Knochenbrüchigkeit, Fettstoffwechselstörung, Magengeschwüre, psychische Veränderungen). Zudem kommt die Erkrankung nach dem Absetzen meist prompt und stärker zurück. Innerlich wird Kortison nur in Not- u. Ausnahmefällen eingesetzt.
- **Cyclosporin A:** Unterdrückt die Immunabwehr des Körpers, wird eigentlich gegen Abstoßung nach Organverpflanzungen eingesetzt. Sehr wirksam, aber starke Nebenwirkungen. Nur für Ausnahmefälle geeignet.

Alternative Behandlungen

Nach Meinung der Schulmedizin gilt die Neurodermitis als unheilbar. Kein betroffener Patient hört dies gern und viele brauchen lange, um sich hiermit abzufinden.

Auf diesem Weg suchen fast alle Patienten irgendwann einmal Hilfe der alternativen Medizin. Und manche von ihnen können durchaus wirksam sein.

Leider existieren nur wenige aussagekräftige wissenschaftliche Studien hierüber, so dass viele Aussagen über die Wirksamkeit alternativer Behandlungsmethoden "auf wackeligen Füßen" stehen. Auch darf nicht unterschätzt werden, dass sich die Neurodermitis oft spontan ändert und der Erfolg einer Therapie somit nur scheinbar, das heißt zufällig sein kann. Weiterhin fällt ins Gewicht, dass alternative, also meist privat bezahlte Therapeuten, in der Regel mehr Zeit haben und eine gute Beratung wirksamer sein kann als manche Salbe.

Die folgenden Bewertungen entsprechen dem aktuellen wissenschaftlichen Stand:

Homöopathie:

Etwa 200 Jahre alte Methode, nach der prinzipiell krankmachende Substanzen in hoher Verdünnung heilen können. Die Wissenschaft ist sich über die Wirksamkeit nicht einig, das heißt, es liegen sowohl Studien mit positivem als auch mit negativem Ergebnis vor. Es kann sinnvoll sein, diese Methode ergänzend einzusetzen und individuell die Wirksamkeit zu testen.



Information

Neurodermitis

Fortsetzung 3

Akupunktur:

Die Wirksamkeit in der Schmerztherapie gilt als bewiesen, für die Neurodermitis liegen noch zu wenige Erkenntnisse vor. Auch hier gilt: individuell testen.

Chinesische Kräuter:

Umstritten. Einerseits gibt es Berichte über die angeblich gute Wirkung eines chinesischen Kräutertees, andererseits zeigte eine chemische Untersuchung von 11 chinesischen Kräutersalben in 8 Fällen eine Beimischung von Kortison. Nur anwenden, wenn die Zusammensetzung genau bekannt ist.

Eigenblut:

Kein wissenschaftlicher Beweis, aber in Einzelfällen wirksam.

Phytotherapie:

Behandlung mit pflanzlichen Substanzen. Prinzipiell wirksam, auch sehr viele schulmedizinische Medikamente waren ursprünglich pflanzlichen Ursprungs. Einige bewährte Substanzen stehen heute in standardisierter Form als Fertigpräparate zur Verfügung, z.B. Gerbstoffe, Hamamelis, Dulcamara, Cardiospermum oder Nachtkerzen- u. Borretschsamenöl (Gamma-Linolensäure)

Symbioselenkung:

Wiederaufbau einer gestörten Darmflora, prinzipiell sinnvoll nach Antibiotika oder bei Darmpilz. Umstritten, ob durch den Mund aufgenommene Präparate überhaupt in wirksamer Form den Darm erreichen. Generell einen Versuch wert, weil praktisch ohne Nebenwirkung.

Elektroakupunktur nach Voll (EAV):

Ohne nachgewiesene Wirkung

Bioresonanztherapie:

Ohne nachgewiesene Wirkung

Bachblüten-Therapie:

Ohne nachgewiesene Wirkung

Frischzellen-/Thymustherapie:

Ohne nachgewiesene Wirkung

Magnetfeldtherapie:

Ohne nachgewiesene Wirkung

Urin trinken:

Ohne nachgewiesene Wirkung

Aromatherapie:

Ohne nachgewiesene Wirkung

AHIT (Autohomologe Immuntherapie):

Ohne nachgewiesene Wirkung