

## Neurodermitis

### *Was ist Neurodermitis?*

Als Neurodermitis werden die Hauterscheinungen bei einer bestimmten Veranlagung, der sog. Atopie, bezeichnet. Atopiker neigen außerdem auch zu Asthma und Heuschnupfen. Die Neurodermitis kann bereits im Säuglingsalter in Erscheinung treten oder sich erst in späteren Jahren zeigen. Die Erscheinungsformen sind sehr unterschiedlich und treten teilweise auch in Kombination auf: trockene, schuppige Haut, kleine Hautrisse am Mundwinkel oder Ohrfläppchen, Juckreiz unterschiedlicher Intensität, Ekzeme wechselnder Intensität, vor allem an Ellenbeugen, Kniekehlen und Handgelenken. Neurodermitische Ekzeme neigen besonders zu Hautinfektionen, vor allem durch Herpes-Viren und verschiedene Bakterien.

### *Welche Ursachen hat die Neurodermitis?*

Es gibt viele Faktoren, die zu dieser Erkrankung führen und deren Stellenwert im einzelnen häufig nicht bekannt ist; dazu gehören:

#### *Vererbung*

wenn ein Elternteil oder ein Geschwister bereits an Neurodermitis leidet, besteht ein erhöhtes Risiko für die Krankheit

#### *Immunsystem*

das Immunsystem ist am Krankheitsgeschehen beteiligt

#### **Ernährung**

dieser Faktor wird häufig falsch bewertet; Neurodermitis ist mehr als nur eine Nahrungsmittelallergie, jedoch kann der Verlauf eindeutig durch die Ernährung beeinflusst werden

#### *Psyche*

es ist bekannt, dass vor allem bei älteren Kinder und Jugendlichen seelische Faktoren eine große Rolle beim Krankheitsgeschehen spielen

#### *Umweltfaktoren*

Kälte, Lufttrockenheit, allergisierende Umweltstoffe können Schübe auslösen

### **Welche Therapie ist sinnvoll?**

So vielschichtig wie die Krankheitsursachen sind, kann es kein Patentrezept zur Behandlung der Neurodermitis geben. Bei jedem Menschen mit Neurodermitis ist es letztlich die Erfahrung über längere Zeit, welche die individuell geeignetsten Maßnahmen erbringt. Hier kann ich nur einige ganz allgemeine Ratschläge geben:

#### *Ernährung*

Zur Vorbeugung gegen Neurodermitis ist es sinnvoll, wenn Sie Ihr Baby möglichst lange, d. h. mind. 5-6 Monate stillen. Wenn Sie Beikost in die Ernährung einführen – ab

5. Lebensmonat - gehen Sie behutsam vor, d.h. nur 1 neues Nahrungselement pro Woche, damit Sie ausreichend Zeit haben, eventuelle Auswirkungen auf die Haut zu beobachten.

Wenn Ihr Kind Neurodermitis hat, vermeiden Sie Nahrungsmittel, die bekanntermaßen häufig Schübe auslösen; dazu gehören: Zitrusfrüchte, Tomaten, Erdbeeren, Nüsse. Vermeiden Sie andere Nahrungselemente nur, wenn Sie bereits früher eindeutig einen negativen Effekt auf die Haut Ihres Kindes beobachtet haben! Vorsicht bei allzu radikalen Ernährungsumstellungen durch Heilpraktiker und andere „Experten“!

Die Neurodermitis ist mehr als „nur“ eine Nahrungsmittelallergie, sie ist eine äußerst komplexe Erkrankung. Radikale Ernährungs einschränkungen bringen einen zusätzlichen Verlust an Lebensqualität, der meist nicht gerechtfertigt ist.

#### *Kleidung*

Kunststoffgewebe und Wolle reizen die Haut stark, verwenden Sie daher für Ihr Neurodermitis-Kind ausschließlich Wäsche und Kleidung aus Baumwolle. Verzichten Sie auf Weichspüler!

#### *Hautpflege und Medikamente*

Verzichten Sie auf häufiges Baden/Duschen Ihres Kindes (Austrocknung der Haut, Reizzustand für die Haut). Wenn Sie Ihr Kind baden, verwenden Sie rückfettende Ölbäder, z. B. Balmandol®

Zur sogenannten Basispflege gibt es eine große Palette von Salben und Cremes, welche die Haut fetten und gleichzeitig entzündlichen Schüben vorbeugen sollen: Bewährte Inhaltsstoffe sind hierbei Harnstoff, Linolensäure, Nachtkerzenöl. Verwenden Sie die Pflegemittel in Absprache mit uns nach ärztlicher Verordnung!

Im Falle eines schwereren entzündlichen Schubes kann es notwendig werden, kurzfristig Cortisonhaltige Salben und Cremes einzusetzen, auch dies sollte nur nach Absprache und ärztlicher Verordnung erfolgen.

Eine kurzfristige, d.h. maximal 2-3 Wochen dauernde äußerliche Cortisonbehandlung kann sehr segensreich sein und ist ohne Nebenwirkungen. Längerfristig und unkontrolliert darf sie jedoch nicht erfolgen! Eine innerliche Cortisonanwendung sollte nicht erfolgen. Bei starkem Juckreiz kann es notwendig werden, Ihrem Kind zumindest für die Nacht ein Juckreiz-stillendes Medikament zu verabreichen.

#### *Sonstiges*

Klimakuren können in akuten Phasen Linderung verschaffen, sowie die Psyche von Kind und Mutter stabilisieren. Wenn sie in einer entsprechenden Einrichtung durchgeführt werden, dienen sie auch der ausführlichen Beratung, Allergietestung und ärztlich kontrollierten Ernährungstherapie!