

Universitätsklinik für Dermatologie

Atopisches Ekzem (Neurodermitis)

 **INSELSPITAL**

UNIVERSITÄTSSPITAL BERN
HOPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE
BERN UNIVERSITY HOSPITAL

s Allergie Stress Creme Hausstaubmilbe Barriere Rötung Kortikosteroide Ölbad Schwitzen T-Z
ruf Psyche Viren Juckreiz Schuppung Lotion Duschen Irritanzien Atopie Milchschorf Syndets
ntest Toleranz Beugenekzem Salbe Bläschen Umschläge Hobby Selbstbewusstsein Diäten Ha
Trockenheit Kleidung Calcineurininhibitoren Sonne Asthma Bakterien Chemikalien Risse Juckk
rhagaden Warzen Belohnung Hautschutz Pollen Heuschnupfen Handekzem UV-Bestrahlungen P
g Antihistaminika Gefühle Kälte Motivation Konjunktivitis Rückfettung Kratzen Hausstaubmilbe Ba
oide Ölbad Schwitzen T-Zellen IgE Seife Beruf Psyche Viren Juckreiz Schuppung Lotion Du
schorf Syndets Eis Handschuhe Epikutantest Beugenekzem Salbe Bläschen Umschläge Hobby
stoff Umwelt Entzündung Trockenheit Kleidung Calcineurininhibitoren Sonne Asthma Bakterien
nötchen Ernährung Nässe Rhagaden Warzen Belohnung Hautschutz Pollen Heuschnupfen Han
gen Pflastertest Infekte Antihistaminika Gefühle Kälte Motivation Konjunktivitis Rückfettung Krat
Stress Creme Ölbad Schwitzen T-Zellen IgE Seife Beruf Psyche Viren Juckreiz Schuppung L
n Atopie Milchschorf Syndets Eis Handschuhe Epikutantest Beugenekzem Salbe Bläschen Um
usstsein Diäten Harnstoff Umwelt Entzündung Trockenheit Kleidung Sonne Asthma Calcineurinh
alien Risse

Atopisches Ekzem

ut Pollen
inktivitis R
Rötung Kö
witzen T-Z
Syndets I
ntest Toleranz Beugenekzem Salbe Bläschen Umschläge Hobby Selbstbewusstsein Diäten Ha
Trockenheit Kleidung Calcineurininhibitoren Sonne Asthma Bakterien Chemikalien Risse Juckk
rhagaden Warzen Belohnung Hautschutz Pollen Heuschnupfen Handekzem UV-Bestrahlungen P
g Antihistaminika Gefühle Kälte Motivation Konjunktivitis Rückfettung Kratzen Hausstaubmilbe Ba
oide Ölbad Schwitzen T-Zellen IgE Seife Beruf Psyche Viren Juckreiz Schuppung Lotion Du
schorf Syndets Eis Handschuhe Epikutantest Beugenekzem Salbe Bläschen Umschläge Hobby
stoff Umwelt Entzündung Trockenheit Kleidung Calcineurininhibitoren Sonne Asthma Bakterien
nötchen Ernährung Nässe Rhagaden Warzen Belohnung Hautschutz Pollen Heuschnupfen Han
gen Pflastertest Infekte Antihistaminika Gefühle Kälte Motivation Konjunktivitis Rückfettung Krat
Stress Creme Ölbad Schwitzen T-Zellen IgE Seife Beruf Psyche Viren Juckreiz Schuppung L
n Atopie Milchschorf Syndets Eis Handschuhe Epikutantest Beugenekzem Salbe Bläschen Um
usstsein Diäten Harnstoff Umwelt Entzündung Trockenheit Kleidung Sonne Asthma Calcineurinh
alien Risse Juckknötchen Ernährung Nässe Rhagaden Warzen Belohnung Hautschutz Pollen
UV-Bestrahlungen Pflastertest Infekte Antihistaminika Gefühle Kälte Motivation Konjunktivitis R

Das Krankheitsbild

Das atopische Ekzem, auch Neurodermitis oder atopische Dermatitis genannt, ist eine entzündliche Hauterkrankung mit immer wiederkehrenden Schüben und chronischem Verlauf. Sie tritt häufig gemeinsam mit allergischen Atemwegserkrankungen wie allergischer Rhinitis (Heuschnupfen) oder Bronchialasthma auf. Für die Entwicklung des atopischen Ekzems ist eine genetische Veranlagung, die die Hautbeschaffenheit wie auch die Regulation des Abwehr-(Immun-)systems bestimmt, entscheidend. Die Ausprägung und der Verlauf werden von äusseren Faktoren mitbestimmt.

Die Symptome

Säuglinge mit atopischem Ekzem leiden oft an stark geröteten, nässenden und verkrusteten Ausschlägen im Gesicht (Milchschorf) sowie an Armen und Beinen. Später ist das sogenannte Beugenekzem mit Rötung, Schuppung und vergrößerter Haut (Lichenifikation) an Ellenbeugen, Handgelenken und Kniegelenken typisch. Häufig findet man Kratzspuren auf der Haut, bei Erwachsenen können sich vom Jucken Knötchen bilden.

Die Behandlung

1. Rückfettende Basistherapie

Bei Patienten mit atopischem Ekzem ist die Haut sehr trocken und rau. Die gestörte Barriere führt zu erhöhter Empfindlichkeit gegenüber Umwelteinflüssen. Daher sind schonendes Reinigen und regelmässiges Einfetten sowohl der kranken als auch der erscheinungsfreien Haut notwendig:

- ein Mal täglich duschen oder baden, nicht zu heiss
- rückfettende Bade- und Duschzusätze verwenden
- vorsichtig abtrocknen, nicht stark reiben
- danach Haut sofort einfetten (konserviert Feuchtigkeit)
- Lotionen und Cremes für stark entzündete Stellen, Fettcremes oder Salben auf chronische, trockene Areale
- Zusätze von Substanzen, die die Hautfeuchtigkeit erhöhen (Harnstoff, Glycerin), sind günstig bei sehr trockener Haut
- Haut nach Bedarf mehrmals täglich einfetten

2. Anti-entzündliche Therapie

Die Eindämmung der Entzündung ist notwendig, um die Hautsymptome und den Juckreiz zu lindern. In der Regel kommt eine äusserliche Therapie zur Anwendung:

- Kortikosteroide (Stärke des Präparates und Dosis richten sich nach Hautbefund und befallener Körperstelle, Anwendungsdauer befristet oder Intervalltherapie)
- Calcineurininhibitoren (Tacrolimus und Pimecrolimus)
- UV-Bestrahlung (bei schwerem Befall, auch in Kombination mit Kortikosteroiden)

3. Antimikrobielle Therapie

Bei atopischem Ekzem ist die Haut oft mit Bakterien, besonders Staphylokokken, besiedelt, welche die Entzündung verstärken. Neben der täglichen Reinigung können desinfizierende Waschlotionen oder Cremes mit antibakteriellen Zusätzen verwendet werden. Antibiotika sind nur bei schweren Superinfektionen zu verwenden. Infektionen mit Viren (Warzen, Herpesinfektionen) oder Pilzen bedürfen einer speziellen Therapie.

4. Juckreizlinderung

Der meist quälende Juckreiz ist ein Hauptsymptom des atopischen Ekzems. Juckreiz führt zu Kratzen, dies wiederum zur Verschlechterung des Hautbefundes und damit neuem Juckreiz (Juckreiz-Kratz-Spirale). Da Juckreiz durch viele verschiedene Mechanismen hervorgerufen wird, die zum Teil noch gar nicht vollständig erforscht sind, bedarf es oft mehrerer Therapieansätze zu seiner Beherrschung:

- konsequente anti-entzündliche Therapie
- Antihistaminika als Tabletten/Tropfen
- ablenkende Beschäftigungen
- Entspannungsverfahren (Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation, Yoga)
- Anwendung von Kälte (kaltes Wasser, Eisbeutel, feuchte Umschläge mit anschließendem Rückfetten)
- reiben, pressen, klopfen statt kratzen

5. Meidung schubauslösender Faktoren

Um die Auslösefaktoren ausfindig zu machen, sind eine genaue Beobachtung des Krankheitsverlaufes und eine gezielte Diagnostik (Allergietests wie Pricktest, Pflastertest, Provokationstest, Blutanalysen) notwendig.

Hier einige allgemeine Hinweise:

- Leichte, atmungsaktive Kleidung (aus Baumwolle) tragen, Wolle und faserige Materialien meiden, Hersteller-Schildchen entfernen
- Nach dem Waschen (Innenseite nach aussen) Kleidung gut spülen, keinen Weichspüler, sondern Essig verwenden
- Räume, besonders Schlafräum, kühl halten
- Schwitzen vermeiden bzw. sofort duschen
- Meidung von Nässe/Feuchtigkeit, möglichst wenig Kontakt mit austrocknenden Substanzen (Seifen, Reiniger, Lösungsmittel)
- Schutz für die Hände: Handschuhe, wasserabweisende Cremes/Schäume
- Bei relevanter Allergie sollte das Allergen gemieden werden (Hausstaubmilbensenkung, allergenfreie Handschuhe, Meidung von Kontaktallergenen)
- Gesunde und ausgewogene Ernährung, Diäten nur bei nachgewiesenen, relevanten Nahrungsmittelunverträglichkeiten

Für Patienten mit atopischem Ekzem führen wir Spezialsprechstunden durch. Ausserdem werden interdisziplinäre Kurse (Neurodermitis-Schulungen) angeboten (www.insel.ch/dermatologie).

Inselspital

Universitätsklinik für Dermatologie

CH-3010 Bern

Tel. +41 (0)31 632 22 18

www.insel.ch

 **INSELSPITAL**

*UNIVERSITÄTSSPITAL BERN
HOPITAL UNIVERSITAIRE DE BERNE
BERN UNIVERSITY HOSPITAL*