

Leben mit
Neurodermitis





Liebe Leserin, lieber Leser,

falls Sie, Ihr Kind oder weitere Angehörige von Neurodermitis betroffen sind, ergeben sich für Sie sicherlich eine Reihe von Fragen:

- Was ist eigentlich Neurodermitis?
- Wie kann ich Neurodermitis behandeln?
- Gibt es eine Neurodermitis-Diät?
- Welche weiteren Maßnahmen sind hilfreich?

Diese und weitere Fragen werden in der vorliegenden Broschüre aufgegriffen. Das Wissen um diese Zusammenhänge kann zu einer Linderung der Beschwerden beitragen. Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen Informationen und Hilfestellung im Umgang mit Neurodermitis geben. Für ausführliche Informationen und eine individuelle therapeutische Beratung wenden Sie sich bitte an einen Arzt Ihres Vertrauens.

Am Ende dieser Broschüre finden Sie eine Auswahl der Hermal-Produkte, die speziell zur Therapie und Hautpflege bei Neurodermitis entwickelt wurden.

Ihr Hermal-Team

3. Auflage, März 2007

Herausgeber: Hermal · 21462 Reinbek
www.hermal.de · www.hautstadt.de · E-Mail: info@hermal.de

Alle Rechte der Verbreitung durch Film, Fernsehen, fotomechanische Wiedergabe, Tonträger jeder Art sowie ganzer oder auszugsweiser Nachdruck nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers.

Inhalt

Was versteht man unter Neurodermitis	S. 4
Weitere Bezeichnungen	S. 6
Ansteckung	S. 6
Vererbung	S. 7
Psyche	S. 8
Krankheitsbild	S. 9
Einflussfaktoren	S. 10
Komplikationen	S. 11
Behandlung	S. 12
Hautpflege	S. 17
Weitere Maßnahmen	S. 19
Kleidung	S. 20
Sport	S. 20
Sonne	S. 21
Neurodermitis-Diät	S. 21
Berufswahl	S. 22
Tipps	S. 23
Therapeutika und Hautpflegeprodukte vom Hautspezialisten Hermal	S. 24



Was versteht man unter Neurodermitis?

Die Bezeichnung Neurodermitis steht für eine chronisch-entzündliche Erkrankung der Haut. Vier Millionen Menschen in Deutschland sind betroffen. In der Regel beginnt die Neurodermitis in früher Kindheit. Die Hauterscheinungen bei Neurodermitis gleichen denen anderer Ekzeme. Es kommt im akuten Stadium zu entzündlichen Veränderungen wie Rötung der Haut, Schuppung, Bläschen und Knötchen, die in der Regel mit quälendem Juckreiz und sehr trockener Haut einhergehen.

Die entzündlichen Hautveränderungen weisen sehr starke individuelle Schwankungen auf; es gibt die akuten Schübe – aber auch erscheinungsfreie Zeiträume. In Letzteren ist die stets sehr trockene Haut das Leitbild der Erkrankung. Durch diese Wechsel kommt es im chronischen Verlauf an den besonders betroffenen Arealen zur Vergröberung der Haut, auch Lichenifikation genannt.

Neurodermitis mit Beginn im Säuglingsalter bessert sich häufig bis zur Einschulung; das Risiko für Rückfälle im Jugend- oder Erwachsenenalter bleibt jedoch hoch. Ebenso neigen Kinder mit Neurodermitis dazu im späteren Lebensalter allergisches Asthma oder Heuschnupfen zu entwickeln.

Neben der vererbten Überempfindlichkeit von Haut und Schleimhäuten weist die Haut bei Neurodermitis weitere Besonderheiten auf. Diese sind:

- erniedrigter Wasser- und Fettgehalt
- sehr trockene, schuppige Haut
- meist starker Juckreiz

- verminderte Talgproduktion
- veränderte Schweißabgabe
- Überempfindlichkeit gegen chemische, physikalische und mechanische Reize
- erhöhte Anfälligkeit gegenüber Hautinfektionen
- erhöhte Reaktionen auf psychische Faktoren (Stress).

Da die Neurodermitis chronisch verläuft, sollte frühzeitig die Beratung und Behandlung durch einen Hautarzt gesucht werden. Viele Hautärzte bieten darüber hinaus auch Neurodermitisschulungen an.



Welche weiteren Bezeichnungen gibt es für Neurodermitis?

Die Empfindung „Juckreiz“ wird von Nervenfasern in der Haut signalisiert, daher auch der Name „Neurodermitis“, abgeleitet von neuron = Nerv und Dermatitis = entzündliche Hauterkrankung.

Synonyme für Neurodermitis sind atopisches Ekzem, endogenes Ekzem und atopische Dermatitis.

Was heißt atopisch?

Atopiker sind Menschen, die eine Veranlagung zu Überempfindlichkeitsreaktionen der Haut und Schleimhäute aufweisen. Zum sogenannten atopischen Formenkreis zählen neben Neurodermitis auch das allergische Asthma, Heuschnupfen und eine allergische Bindehautentzündung der Augen.

Was ist endogen?

Endogen bedeutet „von innen heraus entstanden“. Der Begriff soll andeuten, dass eine Veranlagung, Neurodermitis zu entwickeln, besteht.

Ist Neurodermitis ansteckend?

Nein. Es handelt sich um eine nicht ansteckende, entzündliche Hauterkrankung, die auch durch intensiven Hautkontakt nicht übertragen werden kann.

Ist Neurodermitis erblich?

Die Krankheit selbst wird nicht vererbt, wohl aber die Veranlagung, eine Neurodermitis zu entwickeln. Überwiegend leiden Mutter oder Vater ebenfalls entweder an Neurodermitis oder an einer anderen atopischen Erkrankung wie Heuschnupfen oder Asthma. Neben weiteren, noch nicht genau geklärten Faktoren, spielen Störungen der Hautbarrierefunktion und des körpereigenen Abwehrsystems wichtige Rollen bei der Krankheitsentstehung.



Heute können nur die Symptome der Neurodermitis behandelt werden. Deshalb ist Vorsicht bei solchen Behandlungsmethoden angebracht, die eine vollständige und sofortige Heilung dieser Hauterkrankung versprechen.

Spielt die **Psyche** eine Rolle?

Die Wechselwirkung zwischen Hautveränderung und seelischen Einflüssen ist allgemein bekannt. Schulprobleme, Prüfungssituationen, Ehekrisen, Scheidung, Tod eines geliebten Menschen oder Arbeitsplatzprobleme können das Krankheitsbild Neurodermitis verschlimmern. Darüber hinaus ist die psychische Belastung der Familienangehörigen, insbesondere die der Mutter eines an Neurodermitis erkrankten Kindes, sehr hoch.



Hilfreich ist es, Kontakt zu anderen betroffenen Neurodermitikern oder Eltern von Kindern mit Neurodermitis aufzunehmen. Weitere Informationen zu Selbsthilfegruppen erhalten Sie im Internet unter: www.hautstadt.de

Wie sieht das **Krankheitsbild** aus?

Das Erscheinungsbild dieser Hauterkrankung ist sehr vielfältig und der Verlauf ist individuell unterschiedlich. Charakteristisch ist neben der über den gesamten Verlauf bestehenden sehr trockenen Haut ein begleitender, häufig stark ausgeprägter Juckreiz. Auch nach Abheilen der akuten Entzündungsschübe besteht weiterhin eine hohe Hautempfindlichkeit.

Im **Säuglingsalter** bestehen in der Regel an den Wangen und am Kopf stark juckende, krustöse Hautveränderungen. Kratzen führt zu kleinen Verletzungen, es werden Botenstoffe in der Haut, sogenannte Cytokine, freigesetzt, die wiederum zu Entzündungen führen. Schließlich können der gesamte behaarte Kopf und das Gesicht erkrankt sein und auch Hautveränderungen an Rumpf und Streckseiten der Extremitäten auftreten. Der Juckreiz ist quälend; die Kinder sind vielfach weinerlich, weil sie nachts nicht schlafen können. Bei ca. 50% der Kleinkinder heilen die Erscheinungen glücklicherweise bis zum Ende des 2. Lebensjahres ab.

In anderen Fällen manifestiert sich Neurodermitis in der **Kindheit** in Form des sog. Beugenezems. Hier sind die großen Gelenkbeugen (Ellenbeugen, Handgelenke, Kniekehlen) betroffen. Weitere typische Hautareale sind der Nacken, der seitliche Gesichtsbereich, die Lidregion, der Hand- und Fußrücken. Typisch sind auch schuppige Hautveränderungen an den Fingerkuppen oder Zehen. Neben den entzündlichen Geschehen findet sich im chronischen Verlauf eine charakteristische Vergröberung der Hautfölderung (Lichenifikation).

Typische Ekzemareale bei **Jugendlichen und Erwachsenen** sind das Gesicht (Stirn, Augenlider), Hals, besonders der Nacken, oberer Brustbereich und Schultergürtel sowie ebenfalls die großen Gelenkbeugen. Neurodermitis bei Jugendlichen und Erwachsenen kann über längere Zeit bestehen. Die Intensität der Entzündung klingt jedoch üblicherweise nach dem 30. Lebensjahr ab. Es gibt jedoch auch Patienten, bei denen sich erst im höheren Lebensalter eine Neurodermitis manifestiert.

Welche Einflussfaktoren spielen eine Rolle?

Über die vererbte Veranlagung hinaus, eine Neurodermitis zu entwickeln, sind neben Stress von außen auf die Haut einwirkende Faktoren von Bedeutung. Als Auslöser eines Schubs oder für die Verschlimmerung des Hautzustands kommen aus dem häuslichen Umfeld und der Natur verschiedene Einflüsse in Betracht. Zu nennen sind u.a.

- Infektionen durch Bakterien, Viren oder Pilze
- Hausstaubmilben
- Tierhaltung, aber auch Produkte tierischen Ursprungs (Tierfelle, Rosshaarmatratzen, Lammfelle, Federbetten etc.)
- Pflanzen, (wie *Ficus benjaminii*)
- Blütenpollen
- Klima/Wetter (Heizungsluft, geringe Luftfeuchtigkeit)
- Staubhaltige Wohnungstextilien (z. B. Teppichböden, Vorhänge, Plüschtiere)
- Nahrungsmittel, deren Inhalts- und Zusatzstoffe
- Kleidung, wenn diese die Haut reizen kann (z. B. Wolle)

Herauszufinden, ob einer oder mehrere dieser Faktoren eine Rolle im Krankheitsgeschehen spielen, ist „Detektivarbeit“. Der Facharzt kann bei der Suche nach den Auslösern helfen.

Welche Komplikationen können auftreten?

Durch die Zerstörung der natürlichen Hautbarriere wird das Eindringen von Bakterien und Pilzen in die Haut erleichtert. Insbesondere Bakterien vermögen bei Patienten mit Neurodermitis die Entzündung auszulösen oder zu verstärken. In einigen Fällen kommt es zur Bildung von gelblich krustösen Ekzemveränderungen. Gegenüber Infektionen mit Virenregern ist die Haut des Neurodermitikers ebenfalls empfindlich. Es kann zur Ausbildung schwerer Herpesinfektionen kommen. Aber auch durch eine unsachgemäße Behandlung kann sich das Krankheitsbild der Neurodermitis deutlich verschlechtern. Spielt eine durch diagnostische Verfahren gesicherte allergische Reaktion die wesentliche Rolle im akuten Krankheitsschub, müssen die identifizierten Stoffe gemieden werden.

Tierhaare können auch Schübe auslösen.





Wie wird Neurodermitis behandelt?

Bislang ist die Therapie der Neurodermitis eine Behandlung der Beschwerden (symptomatische Therapie).

Folgende Punkte sind dabei wichtig

- Unterdrückung der Entzündung
- Linderung des Juckreizes
- Fettung der Haut
- Erhöhung der Hautfeuchtigkeit
- Vermeidung von Reizfaktoren

Die Suche nach den individuellen Einflüssen, die die Krankheit verstärken, ist erforderlich, um akute Schübe herauszuzögern oder zu vermeiden. Komplikationen können durch eine frühzeitige, fachkundige Therapie und die richtige konsequente Hautpflege vermieden werden. Spezifische Hautpflegeprodukte stabilisieren die gestörte Hautbarriere und gleichen den Mangel an Fett und Feuchtigkeit aus.

Die Entzündung

Eine Behandlung in dieser Phase sollte vom Facharzt eingeleitet werden.

In der akuten Phase wird der Arzt meistens kurzfristig mit verschreibungspflichtigen Kortisonpräparaten behandeln, um die Entzündung schnell zurückzudrängen. Kortison ist das natürliche Hormon der Nebennierenrinde. Äußerlich und innerlich angewandt entfaltet Kortison entzündungshemmende Eigenschaften. Die Kortikoide sind mit die wirksamsten Hautarzneimittel zur Behandlung von Entzündung und Juckreiz, vor allem in den Phasen akuter Verschlimmerung.

Die Angst vor unerwünschten Kortisonwirkungen ist bei richtiger Anwendung der heute eingesetzten Wirkstoffe unbegründet. Wichtig ist in diesem Zusammenhang, das vom Arzt vorgegebene Anwendungsschema sorgfältig einzuhalten. Im Anschluss an die Behandlung und auch im Intervall kann mit pflegenden Zubereitungen oder sog. Basissalben oder Cremes der Hautzustand weiter stabilisiert werden.

Eine vor wenigen Jahren neu eingeführte Arzneimittelklasse zur Behandlung der entzündlichen Hautzustände sind topische Immunsuppressiva (z. B. Pimecrolimus, Tacrolimus).

In der akutentzündlichen Phase der Neurodermitis können auch Gerbstoffe (z. B. Tannosynt) eingesetzt werden. Gerbstoffe helfen, die Hautbarriere widerstandsfähiger zu machen. Dabei haben sich insbesondere Bäder oder feuchte Umschläge bewährt.

Wie kann der Teufelskreislauf Jucken–Kratzen–Entzündung–Jucken unterbrochen werden?

Neben der sehr trockenen Haut und der Entzündung ist der quälende Juckreiz ein dominantes Symptom der Neurodermitis. Juckreiz wird vom Patienten immer mit Kratzen beantwortet. Kratzen führt zu kleinen Verletzungen, die oft gut sichtbar sind und einen Teil der Hauterscheinungen ausmachen. Fremdstoffe können eindringen und es kann durch Bakterien oder Viren zu einer Infektion kommen. Die eigene Immunabwehr reagiert darauf mit Entzündung.



Jeder dieser Vorgänge kann seinerseits wieder Juckreiz verursachen, der oft unerträglich ist. Er führt, ganz besonders bei Kindern, zu einem ausgeprägten Leidensdruck.

Das Präparat Optiderm ist in der Lage, den Teufelskreis an mehreren Stellen zu unterbrechen: Durch den ersten Wirkstoff Polidocanol wird eine direkte schnelle Juckreizlinderung erreicht, die bereits nach wenigen Minuten eintritt. Durch die lipid- und wasserreiche Cremegrundlage wird der Haut sofort Feuchtigkeit zugeführt, die der zweite Wirkstoff Urea aktiv langfristig in der Haut bindet.

Wie kann man bei Kindern das Kratzen unterbinden?

Kratzen ist ein Reflex, so dass jede Minderung des Juckreizes diesem entgegenwirkt. Einige hilfreiche Vorgehensweisen sind z. B.:

- Die krankheitsbedingt stets trockene Haut dem Hautzustand angepasst mit Fett und Feuchtigkeit pflegen
- Die Haut kühlen: die Hautpflegeprodukte gekühlt verwenden, kühle Tücher auflegen
- Weiche und leichte Kleidung und Wäsche tragen (Vermeidung von Wärmestau, auch durch Bettzeug)
- Aufenthalt in überheizten und klimatisierten Räumen meiden
- Abreagieren durch körperliche Aktivität
- Alternativen zum Kratzen üben: „Kratzklötzchen“ verwenden, Drücken, Reiben, Bürsten, Streicheln, Kneifen (dieses Vorgehen verhindert eine Verletzung der Haut, wie es beim Kratzen der Fall ist)
- Auf kurze und saubere Fingernägel achten
- In der Nacht Baumwollhandschuhe oder einen Neurodermitis-Overall tragen

- Bei häufigen Hautinfektionen können Textilien mit Silber hilfreich sein
- Entspannungsübungen: Geschichten erzählen, Kassetten hören, malen etc.



Die Krankheit fordert von Seiten der Eltern viel Einfühlungsvermögen und Verständnis; neben rein medizinischen Anwendungen zur Juckreizlinderung wird sich eine entspannte, harmonische Atmosphäre stets förderlich, eine problemgeladene stets nachteilig auf die Haut auswirken.

Die trockene Haut

Die richtige Begleit- und Nachbehandlung der trockenen Haut hilft, Erkrankungsschübe zu vermeiden. Hierzu finden Sie im Kapitel „Hautpflegemaßnahmen“ wichtige Hinweise. Um der erkrankten Haut Feuchtigkeit zuzuführen, ist es wichtig, Stoffe zu wählen, die nachweislich zu einer Erhöhung des Wasserbindungsvermögens führen. Diese sind die als Natural Moisturizing Factors (NMF- natürliche Feuchthaltefaktoren) bekannten Substanzen – u. a. Urea oder Hyaluronsäure. Zubereitungen mit Urea (z. B. Optiderm, Basodexan) können die Feuchtigkeit in der Hornschicht der Haut binden. Die Haut gewinnt ihre natürliche

Geschmeidigkeit zurück. Ureahaltige Präparate eignen sich zur Behandlung trockener, nicht akut entzündeter Haut.

Als hilfreich zur Therapie trockener Haut haben sich darüber hinaus medizinische Ölbäder (z. B. Balneum Hermal) erwiesen. Neben einer gleichmäßigen Fettung der Haut wird auch eine Linderung des Juckreizes (z. B. Balneum Hermal Plus, mit Polidocanol) erreicht. Die Temperatur des Badewassers sollte dabei nicht wärmer als 36°C und die Badedauer möglichst kurz sein (15-20 Minuten nicht übersteigen). Die gleichzeitige Anwendung von Seifen und Schaumbädern sollte vermieden werden. Bei starker Verschmutzung der Haut kann vor Anwendung des Ölbades ein Syndet verwendet werden. Medizinische Ölbäder können als Vollbad, als Teilbad (gezielt für besonders betroffene Hautstellen) und zum Duschen angewendet werden.

Bei der Auswahl kann Sie Ihr Arzt oder Apotheker unterstützen; bekannte Allergene sollten selbstverständlich nicht enthalten sein.

Welche Hautpflege- maßnahmen sind sinnvoll

Eine regelmäßige Hautreinigung ist wichtig, um Schmutz und Schweißreste von der Haut zu entfernen. Bei trockener Haut sollte jedoch auf ausgedehnte und besonders heiße Dusch- oder Wannenbäder verzichtet werden, da hierbei die wichtigen Bestandteile des Hydrolipidsystems aus der Haut herausgelöst werden (siehe auch „medizinische Ölbäder“ im Kapitel „die trockene Haut“).

Die Reinigung der Haut sollte mit lauwarmem Wasser und einer möglichst geringen Menge eines milden Hautreinigungsproduktes erfolgen. Zu bevorzugen sind Präparate, die rückfettende Komponenten enthalten und die Haut nicht austrocknen (z. B. Balneum Intensiv Dusch/Waschlotion). Nach dem sorgfältigen Abspülen des Hautreinigungsproduktes wird die Haut mit dem gewohnten Pflegepräparat eingecremt.

Die gesunde Haut bildet eine Barriere aus Hauttalg, Wasser und feuchtigkeitsbindenden Stoffen. Dadurch bleibt die Haut elastisch und das Austrocknen wird verhindert. Da die Haut des Neurodermitikers diese Barriere nicht im ausreichenden Maße selber aufbaut, müssen Fett und Feuchtigkeit regelmäßig von außen zugeführt werden.

Konsequente Hautpflege ist mit die wichtigste Handlung zur Verminderung der trockenen Haut. Allerdings müssen die Pflegeprodukte auf den Hautzustand abgestimmt werden. Die ausgewählten Pflegeprodukte sollten als angenehm empfunden und dann ausreichend angewendet werden. Durch leicht aufzutragende Cremes oder Lotionen, die Feuchthaltefaktoren enthalten (z. B. Optiderm), kann die trockene Haut adäquat gepflegt werden. Die Anwendung sollte konsequent morgens und abends oder bei Bedarf auch häufiger erfolgen.

Zur Hautpflege können auch sog. Basistherapeutika (z. B. Decoderm Basiscreme) angewendet werden. Es handelt sich hierbei um wirkstofffreie Cremes oder Salben zur Füllung der trockenen Haut. In jedem Falle sollte das Präparat dem jeweiligen Hautzustand angepasst sein.



Welche weiteren Maßnahmen sind hilfreich?

Grundsätzlich sollten äußerlich anzuwendende Produkte, die die Haut stark austrocknen, wie z. B. Franzbranntwein oder Arnikatinkturen, gemieden werden.

Hautirritierende Stoffe können z. B. Reinigungs- und Putzmittel, Mörtel, Schmierstoffe, Tierhaare, bestimmte Pflanzen, Chemikalien, Lösungsmittel, Hitze und Staub sein. Falls besonders die Hände betroffen sind und mit irritierenden Substanzen gearbeitet werden muss, empfiehlt sich das Tragen von Handschuhen. Bei längerem Arbeiten in Gummihandschuhen sollten zusätzlich Baumwollhandschuhe verwendet werden. Wichtig ist es, die Haut anschließend einzucremen, auch in den Fingerzwischenräumen. Darüber hinaus muss nach längerem Kontakt mit Wasser an das anschließende Eincremen gedacht werden.

Es werden inzwischen spezielle Textilien angeboten, die z. B. Silber enthalten. Diese können helfen, eine starke Besiedelung mit Bakterien zu reduzieren und damit Entzündung vorzubeugen.

Verschlechtert sich die Neurodermitis nachweislich durch Haustiere (Katzen, Hunde, Vögel) oder Hausstaub (Teppiche, Vorhänge) sollte durch einen Facharzt eine Allergie durch entsprechende Untersuchungen festgestellt bzw. ausgeschlossen werden. Erst dann sollte über die weiteren Maßnahmen entschieden werden.

Klimatische Veränderungen können Neurodermitis positiv beeinflussen. Im besonderen Maße gilt dies für den Aufenthalt in einem sog. Reizklima, wie Hochgebirge (über 1.500 m) oder Seeluft (Nordseeklima).

In den letzten Jahren wurde die sog. Neurodermitis-Schulung für Kinder, deren Eltern, Jugendliche und Erwachsene in Studien überprüft. Ihr Nutzen wurde eindeutig bestätigt. Diese Schulung umfasst unterschiedliche Fachdisziplinen und wird von speziell ausgebildeten Fachärzten in Zusammenarbeit mit z. B. Psychologen und Ökotrophologen mit einem festgelegten Schulungsinhalt angeboten. Sprechen Sie Ihren Hautarzt an.

Welche Kleidung ist am besten geeignet?

Jegliche Kleidung und das Bettzeug muss gut luftdurchlässig, nicht schweißtreibend und angenehm weich sein. Neurodermitiker klagen häufig über eine Wollempfindlichkeit. Kleidung aus Wolle oder anderen sehr groben Materialien sollte daher nicht auf freier Haut getragen werden. In der Regel wird Kleidung aus Baumwolle, Viskose, Seide, Mikrofasern oder anderen modernen Stoffen als angenehm empfunden.

Sollen Kinder mit Neurodermitis Sport treiben?

Es gibt keinen Grund, warum Neurodermitiker sich nicht sportlich betätigen sollten. Im Gegenteil: Das Kind erhält hieraus Bestätigung und Anerkennung. Wichtig ist, bei der Sportkleidung auf weiche, luftdurchlässige Kleidung zu achten, damit es nicht zu einem Wärmestau kommen kann. Nach einer sportlichen Anstrengung sollte lauwarm geduscht und die Haut sorgfältig eingecremt werden.



Ist Sonne gut für die Haut?

Die Haut der meisten Neurodermitiker verträgt eine Sonnenbestrahlung (UV-Licht) gut. Deshalb behandelt der Hautarzt in manchen Fällen mit UV-Bestrahlungen. Sehr intensive Sonnenbäder sollten bei trockener Haut allerdings gemieden werden, da UV-Strahlung die Haut zusätzlich austrocknet. Wichtig ist die Verwendung eines Sonnenschutzmittels mit hohem Lichtschutzfaktor und eine pflegende Nachbehandlung.

Gibt es eine allgemeingültige Neurodermitis-Diät?

Nein, es gibt keine spezielle Neurodermitis-Diät. Grundsätzlich kann ein Neurodermitiker alles essen. Diätprogramme dürfen auf gar keinen Fall eigenmächtig erstellt werden. Insbesondere bei Kindern besteht die Gefahr von Mangelernährung. Neurodermitis kann jedoch mit einer Allergie auf Nahrungsmittel in Verbindung stehen. Die häufigsten Nahrungsmittel, die nicht toleriert werden, sind Hühnerfleisch, Kuhmilch, Soja, Weizen, Nüsse und Fisch. Oft werden diese in späteren Jahren wieder vertragen. Nur wenn der Arzt durch entsprechende Untersuchungen eine Allergie nachgewiesen hat, ist es sinnvoll und in diesen Fällen zwingend, das Nahrungsmittel wegzulassen.

Was ist bei der Berufswahl zu beachten?

Neurodermitiker sollten bei der Wahl des Berufes überlegt vorgehen. Berufe, bei denen schon während der Ausbildungszeit konstante Hautbelastungen zu erwarten sind, müssen kritisch geprüft werden. In allen Arbeitsbereichen gibt es Stoffe, die die Haut belasten können. Das gilt auch für den häuslichen Bereich. Berufe, die viel mit Feuchtarbeit verbunden sind, z. B. Friseur, Pflegeberufe, oder mit hohem Verschmutzungsanteil, wie Automechanik, stellen Risikobereiche dar.

Folgende Fragen sollten geklärt werden:

- Besteht eine Veranlagung zu Allergien?
- Sind bereits Unverträglichkeiten bekannt?
- Kann der Kontakt mit allergieauslösenden Stoffen gemieden werden?

Allerdings ist bei der Entscheidung auch zu berücksichtigen, wie stark ein bestimmter Berufswunsch besteht, da eine völlige Ausschaltung aller hautschädigenden Stoffe generell nicht möglich ist. Quellen hierfür können auch im persönlichen Bereich und der Umwelt liegen. Zudem ist durch Studien belegt, dass ein konsequenter Hautschutz und eine zielgerichtete Hautpflege der Schädigung durch den Beruf vorbeugen kann.

Zusammenfassende Tipps

- Dem Hautzustand angepasste Hautpflege, die individuell vertragen wird, regelmäßig anwenden.
- Die Haut kühlen: Die Hautpflegeprodukte gekühlt verwenden.
- Weiche und leichte atmungsaktive Kleidung zur Vermeidung eines Wärmestaus tragen. Besonders geeignet sind Baumwolle, Seide, Leinen und Mikrofasern.
- Bestehende Unverträglichkeiten von Nahrungsmitteln berücksichtigen und gemäß ärztlicher Anweisung soweit wie möglich vermeiden.
- Bei der Urlaubsplanung Klimabedingungen berücksichtigen.
- Bei entsprechenden Allergien keine Haustiere halten.
- Entspannungsmethoden erlernen, z. B. autogenes Training.
- Sport: luftige Sportkleidung ist wichtig. Kühles Duschen und anschließendes Eincremen verhindert ein weiteres Austrocknen der Haut.
- Überhitzte oder klimatisierte Räume sollten möglichst gemieden werden, da die trockene Luft zu einer verstärkten Austrocknung der Haut führt.
- Nicht Rauchen und das passive Rauchen des Kindes vermeiden.
- Nicht übertrieben heiß oder zu ausgiebig duschen oder baden. Bereits Wasser ohne reinigende Zusätze trocknet die Haut aus.

Hermal Präparate

Hermal ist Spezialist für Hautarzneimittel und in diesem Bereich Marktführer in Deutschland. Unser Unternehmensmotto lautet: Gesunde Haut – dafür arbeiten wir. Hermal versteht sich als Partner von Patienten, Ärzten und Apothekern und assoziierten Organisationen, die sich mit Hautproblemen befassen.

Hermal-Kunden können seit über 60 Jahren wirksame und qualitativ hochwertige Arzneimittel zur Diagnose und Therapie von Hauterkrankungen nutzen. Die Produktpalette umfasst ferner Präparate zum Schutz und zur spezifischen Pflege der Haut.

Je nach Hautzustand können ganz unterschiedliche Präparate für Sie am Besten geeignet sein. Mit Hilfe der folgenden Übersicht können Sie gezielt das passende Präparat von Hermal für sich auswählen:

Therapeutika zur phasengerechten Behandlung bei Neurodermitis



Trockene Haut

Cremen **Basodexan®**
(Softcreme, Fettcreme, Salbe)

Baden **Balneum Hermal®**
(Ölbad)

Balneum Hermal® F
(Ölbad, stärker fettend)



Juckende, trockene Haut

Cremen **Optiderm®**
(Creme, Fettcreme, Lotion)

Baden **Balneum Hermal® Plus**
(Ölbad, juckreizstillend)

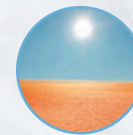


Juckende, leicht entzündete Haut

Cremen **Tannosynt®** (Creme)

Baden **Tannosynt®** (flüssig)

Prävention und therapiebegleitende Pflege trockener Haut



Trockene Haut

Cremen **Balneum Intensiv**
(Creme, Lotion)

Duschen **Balneum Intensiv**
(Dusch/Waschlotion)

Basodexan® (Urea 10 %)

Intensiv hautfeuchtig-
keitserhöhend



Basodexan®
Softcreme bei trockener Haut,
zieht schnell ein



Basodexan®
Fettcreme bei sehr trockener Haut



Basodexan®
Salbe bei extrem trockener, rauer Haut



Balneum Hermal® Ölbäder

Rückfettende medizinische
Ölbäder mit besonders
hohem Anteil an pflanz-
lichen Ölen.



Balneum
Hermal® mit Sojaöl
bei trockener Haut



Balneum
Hermal® F mit Erdnussöl und Paraffin
bei sehr trockener Haut



Balneum
Hermal® Plus mit Sojaöl und
juckreizstillendem Polidocanol
bei trockener, juckender Haut

 leicht fettend  stärker fettend  sehr stark fettend

Balneum Intensiv

Mit Hilfe physiologischer
Substanzen wird die
natürliche Regeneration
trockener Haut unterstützt.
Frei von Duft-, Farb- und
Konservierungsstoffen.



Balneum
Intensiv
Creme Zur täglichen Pflege speziell
kleinflächiger Hautpartien,
z. B. Gesicht und Hände



Balneum
Intensiv
Lotion Zur täglichen Pflege speziell für die
großflächige Anwendung am
ganzen Körper



Balneum
Intensiv
Dusch/
Waschlotion Zur täglichen Reinigung von Gesicht,
Händen und Körper, speziell auch zum
Duschen; zur milden Reinigung der
Kopfhaut auch als Shampoo anwendbar

Optiderm® (Polidocanol 3 %, Urea 5 %)

Juckreizstillende,
hautfeuchtigkeitserhöhende
Creme mit antibakteriellem
Effekt.



Optiderm®
Creme bei juckender, trockener Haut,
zieht schnell ein



Optiderm®
Lotion bei juckender, trockener Haut,
für die Therapie größerer Hautareale



Optiderm®
Fettcreme bei juckender, sehr trockener Haut

Tannosynt® (Synthetischer Gerbstoff)

Entzündung, Juckreiz und
nässende Hautzustände
naturnah behandeln.



Tannosynt® flüssig

Bei akut-entzündlichem Hautzustand.
Flüssiges Konzentrat für die Zubereitung
von Bädern und Umschlägen.
Sofort gebrauchsfertig.
Individuell dosierbar.

Die Bäder und Umschläge werden als lindernd und sehr
angenehm empfunden.



Tannosynt® Creme

Die kortikoidfreie Alternative bei
juckenden, entzündlichen Hauter-
krankungen.
Sehr gute Verträglichkeit.
Unbegrenzte und großflächige Anwen-
dung möglich.

 leicht fettend  stärker fettend  sehr stark fettend

Weitere Informationen finden Sie unter:

www.hautstadt.de – Infozentrum Haut - Selbsthilfeorganisationen

www.hermal.de

www.balneum.de

www.optiderm.de

Wir wünschen Ihnen und Ihren Angehörigen gute Besserung.

Ihr Hermal-Team

Balneum® Hermal, Wirkstoff: raffiniertes Sojaöl.

Anwendungsgebiete: Balneum Hermal®: Zur unterstützenden Behandlung von Hautkrankheiten mit trockener, leicht juckender Haut. **Balneum Hermal® F:** Zur unterstützenden Behandlung bei trockener, schuppender, juckender und empfindlicher Haut. **Balneum Hermal® Plus:** Zur unterstützenden Behandlung aller Hauterkrankungen, die mit Austrocknung einhergehen, insbesondere wenn diese von Juckreiz begleitet sind. Zur unterstützenden Behandlung der Schuppenflechte. **Besondere Hinweise:** Nicht im Bereich der Augen anwenden. **Balneum Hermal® Plus** zusätzlich: Vor Gebrauch schütteln. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**
Stand: August 2006

Basodexan® Fettcreme; Basodexan® Salbe; Basodexan® Softcreme, Wirkstoff: Harnstoff

Anwendungsgebiete: Basodexan Fettcreme: Zur unterstützenden Behandlung bei Fischschuppenkrankheit, Hauttrockenheit, Verdickung der Hornschicht sowie anderen Zuständen von trockener, rauher Haut; zur Nachbehandlung weitgehend abgeklungener Hauterkrankungen, insbes. für die corticoidfreie Therapie bei chronischen Hauterkrankungen. **Basodexan Salbe:** Zur unterstützenden Behandlung von Fischschuppenkrankheit; für die Nachbehandlung weitgehend abgeklungener Hauterkrankungen (z.B. trockenes Ekzem, Schuppenflechte); zur Behandlung von mit Austrocknung der Haut einhergehenden Hauterkrankungen. **Basodexan Softcreme:** Zur unterstützenden Behandlung von trockenen, schuppigen Hautzuständen, wie z.B. bei atopischem Ekzem (Neurodermitis), Ekzemen, die mit Austrocknung der Haut einhergehen, Kontaktekzem oder bei Verhornungsstörungen wie z.B. im Bereich der Haarfollikel und bei Fischschuppenkrankheit; zur zeitlich begrenzten Nachbehandlung leichter Formen des atopischen Ekzems (Neurodermitis).

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Stand: Dezember 2002

Optiderm® Creme; Optiderm® Lotion; Optiderm® Fettcreme

Anwendungsgebiete: Zur Feuchtigkeitsregulierung der Hornschicht, Fettung und Juckreizstillung als unterstützende Behandlung bei Hauterkrankungen mit trockener und/oder juckender Haut wie z.B. atopisches Ekzem (Neurodermitis), Exsikkationsekzem (Austrocknungsschäden durch Waschmittel etc.) sowie zur Weiter- und Nachbehandlung der genannten Hauterkrankungen.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Stand: April 2004

Tannosynt® Creme gegen Entzündung und Juckreiz, flüssig, Lotion

Wirkstoff: Phenol-Methanal-Harnstoff-Polykondensat, sulfoniert, Natriumsalz (Synthetischer Gerbstoff)

Anwendungsgebiete: Synthetischer Gerbstoff beeinflusst aufgrund seiner adstringierenden, gerbenden und schorfbildenden Wirkung bestimmte entzündliche, nässende und juckende Hauterkrankungen; er lässt sich bei folgenden Erkrankungen einsetzen: **Creme:** Zur unterstützenden Behandlung von Hauterkrankungen, die mit Entzündung, Nässen und Juckreiz verbunden sind. **Flüssig:** Symptomatische Behandlung von akuten, entzündlichen, nässenden und juckenden Hauterkrankungen an schwer zugänglichen Hautpartien, z.B. in den Körperfalten und im Anal- und Genitalbereich; unterstützende Behandlung bei Windeldermatitis und bei übermäßiger Schweißabsonderung (Hyperhidrosis). **Lotion:** Akut entzündl., nässende u. juckende oberfl. Hauterkrankungen, insbes. in Hautfalten. Windeldermatitis beim Säugling und Kleinkind. Lokalbehandlung juckender Hautausschläge, z.B. Windpocken. Hyperhidrosis. **Besondere Hinweise:** Tannosynt soll nicht in die Augen gelangen. Flüssig zusätzlich: Nicht unverdünnt anwenden! Nur zur äußerlichen Anwendung geeignet.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Stand: November 2004

Überreicht durch:

NL 50' 03.07 20014039