

Neurodermitis

III. Therapie (Teil 2: Sonstige Maßnahmen)

Liebe Eltern,

in der letzten Ausgabe wurden die aktuellen Empfehlungen zur Hautpflege und zur medikamentösen Behandlung vorgestellt. Im Folgenden geht es um weitere Maßnahmen, die beim neurodermitis-kranken Kind ergriffen werden sollten.

Juckreiz und Kratzen

Kratzen führt zu noch stärkerem Juckreiz, Entzündungen und offenen Stellen. Daher Fingernägel kurz schneiden, Säuglingen Baumwollhandschuhe anziehen, evtl. Neurodermitikeranzug verwenden, Schwitzen vermeiden. Juckreizstillende Mittel können örtlich aufgetragen (z. B. Eichenrinde, Polidocanol) oder eingenommen werden (Antihistaminika). Entscheidend ist, eine vom Kind akzeptierte Methode zur Juckreizstillung zu finden. Folgende Juckreiz-Stopp-Techniken haben sich bewährt (siehe Ratgeber „Quälender Juckreiz bei Neurodermitis!“):

- Eincremen
- Kühlen (Creme aus dem Kühlschrank, kühle Umschläge, Coldpack)
- Klopfen, Drücken, Zwickeln der Haut (statt Kratzen)
- Ablenken, Spielen
- Bearbeiten von Kratzholz oder Kletterknete an Stelle der Haut.

Kleidung

Die Kleidung sollte glatt, saugfähig, luftdurchlässig und alles, was direkt auf dem Körper getragen wird, nicht intensiv gefärbt sein (z. B. ungefärbte Baumwolle, Viskose). Wolle oder Felle verstärken den Juckreiz. Einnäher aus Synthetik entfernen, evtl. Nähte nach außen tragen. Silberbeschichtete Unterwäsche kann den

Keimgehalt auf der Haut reduzieren, ist jedoch sehr teuer.

Ernährung

Stillen Sie Ihren Säugling möglichst vier Monate voll. Nach Absprache mit dem Kinder- und Jugendarzt können Sie ersatzweise eine hypoallergene Säuglingsnahrung verwenden. Mit der Beikost (in der Regel Gemüsebrei) kann begonnen werden, wenn das Kind volle vier Monate alt ist. Kuhmilch, Hühnererei, nusshaltige Produkte und Fisch sollten Sie allerdings im Gegensatz zu Kindern, die nicht an einer Neurodermitis leiden, im ersten Lebensjahr vorsichtig und nach Absprache mit dem Kinder- und Jugendarzt einführen; evtl. wird vor Gabe dieser Nahrungsmittel ein Allergietest durchgeführt. Unverarbeitete Nüsse sollten Säuglingen und Kleinkindern wegen der Gefahr des „Verschluckens“ generell nicht gegeben werden. Fruchtsäuren (z. B. in Zitrusfrüchten), zu viel Süßes, in seltenen Fällen auch Farb- und Konservierungsstoffe können den Hautzustand verschlechtern. Wichtige Nahrungsmittel dürfen nur bei nachgewiesener Allergie und gezielter Beratung und Überwachung durch Arzt oder Ernährungsberaterin weggelassen werden, da ansonsten vor allem bei kleinen Kindern eine Mangelernährung droht. Eine allgemeine „Neurodermitisdiät“ gibt es nicht. Eine spezielle Diät der stillenden Mutter wird nicht empfohlen, es sei denn, die Mutter leidet selbst unter einer Nahrungsmittelallergie oder es besteht eine Nahrungsmittelallergie beim Kind.

Impfungen

Neurodermitiskinder sollten alle empfohlenen Schutzimpfungen erhalten. Die-

se werden von den meisten Neurodermitiskindern problemlos vertragen. Einige Grippeimpfstoffe sowie der Gelbfieberimpfstoff dürfen bei Hühnerereiweißallergikern nicht verwendet bzw. nach eingehender Nutzen/Risiko-Abwägung nur von allergologisch erfahrenen Ärzten verabreicht werden.

Weitere Vorbeugemaßnahmen

Aus Gründen der Allergievorbereitung sollten keine Fell oder Federn tragenden Haustiere neu angeschafft werden. Die Luftfeuchtigkeit sollte unter 65 Prozent liegen und die Räume sollten regelmäßig stoßgelüftet werden, um dem Wachstum von Schimmelpilzen vorzubeugen. Diese Maßnahme engt auch den Lebensraum von Hausstaubmilben ein.

Sonstiges

Sorgen Sie bei allem Stress für einen geregelten Tagesablauf mit ausreichend Schlaf. Lassen Sie auch Ihre Erholungsphasen nicht zu kurz kommen. Bei älteren Kindern können Entspannungsverfahren nützlich sein. Urlaub am Meer oder im Hochgebirge wirkt sich meist positiv auf die Haut aus. Bei schwerer Neurodermitis kann eine Rehabilitationsmaßnahme erforderlich werden. Schulungsprogramme der Arbeitsgemeinschaft Neurodermitischulung (AGNES) für Eltern und Kinder sind inzwischen etabliert.

Weitere Informationen unter:
www.allergie-asthma-online.de

*Dr. med. Peter J. Fischer
Kinder- und Jugendarzt, Allergologie ·
Kinderpneumologie · Umweltmedizin
Mühlbergle 11, 73525 Schwäbisch Gmünd*