



Eltern- und Kinderinformation

## Mein Kind hat Neurodermitis – Tipps zur Hautpflege

Informationen zu Ursachen und Therapie  
bei Neurodermitis / Atopischem Ekzem

### Liebe Eltern,

bei Ihrem Kind besteht eine Neurodermitis (Atopisches Ekzem). Sie sind nicht allein – aktuelle Befragungen haben gezeigt, dass 6 % der Kinder in Deutschland an juckenden und / oder nässenden Ekzemen leiden. Oft verbunden mit Schlafmangel, stellt der Juckreiz häufig ein Problem dar und beeinträchtigt das gesamte Alltagsleben.

#### Bestehen typische Veränderungen der Haut bei Neurodermitis?

**Ja.** Häufig besteht eine **Trockenheit**, hinzu kommen Rötung und vor allem Juckreiz. Grundlage ist eine **Barriestörung** der Haut, die im Vergleich zu gesunder Haut durchlässiger ist. Die Feuchtigkeit wird weniger zurückgehalten. Gleichzeitig gelangen Umweltpartikel wie Bakterien, Schmutz oder Nahrungsmittel-eiweiße leichter in die Haut und können hier Reaktionen wie eine **Entzündung** oder **allergische Sensibilisierung** auslösen.

#### Gibt es den typischen Auslöser?

**Nein.** Der schubweise Verlauf ist typisch und **unterschiedliche Faktoren** können für die Verschlechterung verantwortlich sein. Möglich ist unter anderem ein Einfluss von Infekten, Umwelt und Witterung, Stress oder Nahrungsmitteln. Darüber hinaus können auch erbliche Faktoren eine Rolle spielen. Es existiert keine einzelne Ursache und die Auslöser unterscheiden sich von Kind zu Kind.

#### Können individuelle Auslöser gefunden werden?

**Ja.** Die Beobachtung und Dokumentation des Verlaufs über einen gewissen Zeitraum ermöglicht es Ihnen oder den betreuenden Ärzten, die individuellen Verschlechterungsfaktoren festzustellen. Besteht der Verdacht auf eine Beeinflussung durch Nahrungsmittel, sollte ein Nahrungsmittel-Beschwerde-Tagebuch geführt werden, um so eine gezielte Diagnostik und Therapie zu ermöglichen.

#### Kann ein „Allergietest“ eine Allergie eindeutig beweisen?

**Nein.** Die alleinige Durchführung eines Allergietests und anschließendes Weglassen der „positiv“ getesteten Nahrungs-

mittel kann eine große Einschränkung für die Kinder und ihre Familien bedeuten und dennoch wenig bis keinen Einfluss auf den Verlauf der Ekzemerkrankung haben. Detailliertere Informationen finden Sie im Elternratgeber der GPA „Nahrungsmittelallergie“ ([www.gpau.de/elternratgeber](http://www.gpau.de/elternratgeber)).

### **Ist Cremen wichtig?**

**Ja.** Die Grundlage der Behandlung ist die konsequente Hautpflege. Das regelmäßige Cremen kann den durch die Hautbarrierestörung bedingten Wasser- und Fettverlust teilweise kompensieren. Dies wird als **Basistherapie** bezeichnet.



### **Bleibt die Basistherapie gleich, wenn die Haut entzündet ist?**

**Ja.** Abhängig vom individuellen Hautzustand kommen weitere anti-entzündliche, juckreizstillende und antiinfektiöse Maßnahmen zum Einsatz (s. Stufenplan).

Eine detailliertere Zusammenstellung bekommen Sie u. a. über die Elterninformationsblätter der GPA und im Rahmen der Pflegeberatung und Schulungen der AGNES:

[www.gpau.de/patienten-info/elternratgeber-der-gpa](http://www.gpau.de/patienten-info/elternratgeber-der-gpa)

[www.neurodermitisschulung.de/index.php](http://www.neurodermitisschulung.de/index.php)

Sie erhalten hier neben den fachlichen Informationen die Möglichkeit, sich mit anderen betroffenen Familien auszutauschen.

## Neurodermitis-Stufenplan nach AGNES

(Arbeitsgemeinschaft Neurodermitisschulung e.V.)

**Stufe 4** (Arzt-Konsultation) ▪ **Maßnahmen der Stufen 1-3 plus Systemische Therapie** (Immuntherapeutika), Lichttherapie



### Stufe 3

- **Maßnahmen der Stufe 1+2 plus:**
- äußerlich: feuchte Umschläge
- Bei vorhandener Superinfektion: lokale antiseptische, systemische antibiotische oder antivirale Therapie



### Stufe 2

- **Maßnahmen der Stufe 1 plus:**
- **Antientzündliche Salben / Cremes / Pasten (TCS/TCI)**
- Umschläge, Verbände
- Kratzalternativen



### Stufe 1

- **Topische Basistherapie** mit wirkstofffreien hydratisierenden und rückfettenden Externa (Cremes, Salben, Bäder)
- **Auslösermeidung**
- **Prävention**

### Ist eine Neurodermitisschulung sinnvoll?

**Ja.** Sicher haben Sie viele Fragen zur Erkrankung, den Auslösern, der richtigen Therapie und Ernährung. Besonders wertvoll ist die qualifizierte Schulung – hierbei wird den Kindern und Jugendlichen altersgerecht vermittelt, was hinter Neurodermitis steckt und welche Maßnahmen helfen können. Auch die Eltern erhalten eine fachlich fundierte Schulung, sodass die Selbstständigkeit im Umgang mit der Erkrankung erheblich gesteigert werden kann. Unter anderem erlernen Sie praktische Tipps zur Behandlung je nach Stadium der Krankheit.

### Kann stationäre Reha zu einer erfolgreichen Neurodermitis-Behandlung beitragen?

**Ja.** Eine Kinder- oder Jugendlichen-Reha ist ein wertvoller Baustein im Behandlungskonzept für Betroffene. Zudem kann durch ausführliche Beobachtung und Diagnostik (inklusive Nahrungsmittelprovokationen) die Rolle der Auslöser besser beleuchtet werden. Auch eine Optimierung der bereits vorhandenen Therapie ist möglich. Zusätzlich zum Schulungsprogramm bietet die regelmäßige Visite durch qualifizierte KinderärztInnen und AllergologInnen die Möglichkeit, Fragen zur Neurodermitis loszuwerden und gemeinsam auf eine anhaltende Verbesserung des Selbstmanagements hinzuarbeiten.

# Hallo Kinder,

bei euch besteht eine Neurodermitis.  
Das empfohlene Eincremen  
erfordert oftmals Zeit,  
ist aber wirklich wichtig.



## Braucht die Haut Schutz?

**Ja.** Die Haut ist aufgebaut wie eine Mauer: Schichten aus Horn und Zellen schützen gegen Einflüsse von außen wie Schmutz, Keime oder Allergene. Damit die Hautzellen diesen Schutz effektiv gewährleisten können, sind sie wie die Bausteine in einer Mauer mit einer Art „Mörtel“ verbunden: Diese Verbindungen heißen z. B. Ceramide. Bei Neurodermitis fehlt ein Teil des „Mörtels“.



## Kann Cremen die Erkrankung verbessern?

**Ja.** Mit Eincremen kann man die „Haut-Mauer“ zwar nicht reparieren, aber zumindest stärken: Die enthaltenen Wirkstoffe stabilisieren die Hautbarriere und verhindern somit den Feuchtigkeitsverlust.

Aber nicht nur Wasser kann den Körper nun nicht mehr so einfach verlassen – auch die Auslöser kommen nicht mehr so leicht in die Haut und können so auch nicht mehr die Entzündung aufrechterhalten.

## Gibt es die eine perfekte Creme?

**Nein.** Wie du sicher schon bemerkt hast, juckt gecremte Haut weniger als trockene. Nach einigen Stunden ist es aber schon wieder vorbei und man muss erneut cremen. Entscheide mit,



welche Creme am besten zu dir passt: Dabei spielt eine Rolle, wie gut sich die Creme verstreichen lässt, wie sie riecht, wie lange sie wirkt und auch, ob sie möglichst wenige „unnötige“ Zusatzstoffe wie Farb- oder Konservierungsmittel enthält.



### Gibt es Tipps, wenn meine Haut trotz Basistherapie weiter juckt?

**Ja.** Bei offenen / nässenden Hautstellen kann man diese zunächst verschließen, bevor wieder Creme darauf wirken kann, z. B. durch Gerbstoffe wie mit Schwarztee-Umschlägen. Auch fett-feuchte Verbände können helfen, diese schneller wieder zu reparieren.

Hier können Sie weitere Eltern- und Kinder-Flyer sowie ausführliche Informationen in Elternratgebern direkt auf Ihrem mobilen Endgerät speichern:



Übersicht aller Flyer



Elternratgeber Neurodermitis III



Weitere Elternratgeber

**Herausgeberin:** Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin  
Alle Rechte vorbehalten.

**Bildnachweis:** Adobe Stock: Titel: kwanchaichaiudom, S. 3: Kaspars Grinvalds, S. 5 + 6: yoshi5

**Idee:** WAG Prävention / Allergie und Impfen | **Realisation:** iKOMM GmbH, Bonn | **Gestaltung:** kipconcept gmbh, Bonn