



Fühl mal!

Merkblatt für Neurodermitis

Liebe Eltern,

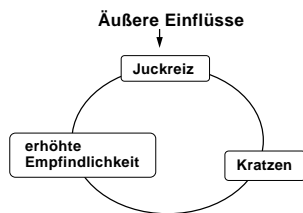
in den letzten Wochen war Ihr Kind, vor allem wegen einer Neurodermitis, bei uns zur stationären Rehabilitation. Wir hoffen, daß Ihr Kind wieder gut Zuhause angekommen ist und sich der Gesundheitszustand gebessert hat. Während der Rehabilitation haben wir die Salbenbehandlung der Haut individuell angepaßt, um einen möglichst guten Zustand zu erreichen.

Wenn Ihr Kind an unserer Neurodermitis-Schulung „Fühl mal“ teilgenommen hat, konnte es nicht nur viel über seine Haut lernen, sondern auch üben, im Alltag gut mit dieser Erkrankung und dem Juckreiz umzugehen. Für die Zukunft ist es nun wichtig, das Erlernte und die Therapieempfehlungen weiter einzuhalten. Deshalb möchten wir Sie bitten, dieses Merkblatt aufmerksam zu lesen.

Was ist Neurodermitis?

Für die Neurodermitis gibt es auch andere Begriffe wie atopisches Ekzem oder atopische Dermatitis.

Es handelt sich um eine chronisch entzündliche Erkrankung der Haut, bei der es aufgrund einer Störung der Fettproduktion und Fettspeicherung der obersten Hautzellen zu einer Austrocknung der Haut kommt. Trockene Haut ist spröde und rissig, und bietet gegenüber äußeren Einflüssen keinen so guten Schutz mehr. Deshalb können Fremdstoffe wie Umweltoftige, Allergene, aber auch Bakterien und Pilze die Haut reizen und hier zu Entzündungen führen. Die entzündete Haut sieht dann gerötet aus, und es bilden sich oft kleine rote Knötchen und Verhärtungen, die zu Juckreiz führen. Um den Juckreiz zu lindern, kratzt das Kind und verletzt dadurch die Haut. Diese Hautverletzung begünstigt ein weiteres Voranschreiten der Entzündung und es entsteht ein Teufelskreislauf von Hauttrockenheit, Entzündung, Juckreiz, Kratzen, vermehrter Verletzung und Entzündung und vermehrtem Juckreiz.



Neben einer guten Pflege der Haut ist es besonders wichtig, diesen Teufelskreislauf zu durchbrechen, und bei auftretendem Juckreiz etwas anderes zu tun, als die Haut zu kratzen. Ihr Kind hatte bei uns Gelegenheit, solche Kratzalternativen zu üben.

Ursachen

Als Ursache der Neurodermitis wird eine erbliche Veranlagung angenommen. Insbesondere in Familien, in denen gehäuft allergische Erkrankungen vorkommen, ist eher mit einem Auftreten von Neurodermitis zu rechnen. Andererseits sind aber bei vielen Kindern mit Neurodermitis keine allergischen Krankheiten in der Familie bekannt.

Bei den meisten Patienten beginnt die Neurodermitis schon im Säuglingsalter oder in der Kleinkindzeit. Hier können sehr häufig Nahrungsmittelallergien als Ursachen festgestellt werden. Die Diagnose einer solchen Nahrungsmittelallergie ist nicht ganz einfach. Blutteste und Hautteste haben nur eine eingeschränkte Aussagefähigkeit. Man sollte deshalb vorsichtig sein, aufgrund dieser Untersuchungen eine sehr einschränkende Diät dem Kind zu verabreichen. Mit Sicherheit können Nahrungsmittelallergien nur durch ein gezieltes Ausprobieren bestimmter Nahrungsmittel getestet werden. Falls eine derartige Testung bei uns durchgeführt wurde, finden Sie hierüber im Arztbrief Auskunft. Auch Stress oder andere Allergene, z.B. verschiedene Pollen, Hausstaubmilben, Tierhaare, Federn, Schimmelpilze und andere Substanzen können Neurodermitisschübe auslösen. Wenn solche Auslöser bekannt sind, sollten diese natürlich konsequent gemieden werden.

Mit zunehmenden Alter nehmen Nahrungsmittelallergene als Auslöser ab. Häufig können verursachende Substanzen weder herausgefunden noch benannt werden. Dieser Umstand ist zwar bedauerlich, aber durchaus normal. Er betrifft die meisten Kinder und Jugendlichen mit Neurodermitis. Trotzdem kann die Haut gut behandelt werden.

Heilungsaussichten

Die Neurodermitis ist ein häufiges Krankheitsbild, das ca. 10 -15% aller Kinder und Jugendlichen betrifft. Bei Kleinkindalter verschwindet die Erkrankung in ca. 50% mit Beginn des Schulalters. Auch während der Pubertät kommt es häufig zu einer Linderung oder Abheilung der Hauterscheinungen. Erwachsene sind nur noch sehr selten betroffen. Je besser die Haut gepflegt wird, desto größer sind auch die Heilungschancen.



Behandlungsprinzipien der Neurodermitis

1. Vermeidung von Neurodermitisschüben durch Meidung von Auslösern.
2. Vermeidung der Austrocknung durch regelmäßige Pflege, so daß die Schutzfunktion der Haut bestehen bleibt.
3. Behandlung von entzündeten Hautstellen durch Heilsalben.
4. Überwindung des Juckreizes durch Einsatz von Kratzalternativen.

1. Vorbeugende Maßnahmen, Meidung von Auslösern

Hautreinigung. Zunächst ist es wichtig, die Haut vor dem Austrocknen zu bewahren. Bei der Hautreinigung sollen Seifen und Duschgels nur äußerst sparsam verwendet werden. Bitte achten Sie darauf, dass Ihr Kind nur für Neurodermitiker geeignete Seifen, Duschgels und Badezusätze benutzt. Empfehlenswert sind alkalifreie Seifen oder Syndets (Dermowas[®], Basis-PH[®] usw.). Lassen Sie sich hierzu von Ihrem Kinder/- Hautarzt, in der Apotheke oder in einer guten Drogerie beraten. Ihr Kind sollte nicht zu lange (5min) und nicht zu heiß duschen. Bei Vollbädern (max. 35° C, max. 15 min) sollten Sie rückfettende Badeölsätze (wie z.B. Balneum Hermal Ölbad[®], Balneum Hermal F Ölbad[®] oder Linola Fett N Ölbad[®]) in das Badewasser geben. Solche Vollbäder können aber auch mit in den Behandlungsplan eingebaut werden. Gerade der Zusatz von Kochsalz oder Meersalz (ca. 150g auf 10 Liter Wasser) und Badeöl wirkt gut entzündungslindernd. Die Zugabe Balneum-Hermal Plus[®] wirkt besonders juckreizstillend.

Schminken. Es gibt hypoallergene Kosmetika, z.B. von den Firmen ROC und PHAS, die für Teenager mit Neurodermitis geeignet sind.

Wahrscheinlich wissen Sie schon, dass auch die Wahl der Kleidung die Neurodermitis beeinflussen kann. Ihr Kind sollte Kleidung aus Baumwolle oder einem Baumwoll-Synthetikgemisch bevorzugen. Kratzende Wollpullover, aber auch bestimmte schweißstauende Kleidungsstücke können die Haut reizen. Sie sollten keinen Weichspüler benutzen.

Ernährung. Eine Verschlechterung des Hautzustandes kann man oftmals mit dem Genuss von bestimmten Nahrungsmitteln oder Nahrungsmittelzusätzen in Verbindung bringen. Häufig sind es Zitrusfrüchte, Milcheiweiß, Hühnerei, Zucker, Nüsse, Konservierungsmittel, Farbstoffe. Diese müssen dann gemieden (bei Nahrungsmittelallergien) oder in ihrer Menge eingeschränkt (bei Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten) werden. Es gilt, eine möglichst abwechslungsreiche Kost mit ausgewogenen Anteilen der notwendigen Nahrungsbestandteile zu sich zu nehmen. Wenn keine Nahrungsmittelallergien bestehen, sollte viel Obst und Gemüse gegessen werden. Ganz wichtig ist auch die "innere Befeuchtung" der Haut. Deshalb ist es günstig, zusätzlich zur normalen Nahrungsaufnahme ein bis zwei Liter zu trinken, insbesondere Tee oder Mineralwasser.



2. Regelmäßige Anwendung von Pflegecremes

Das wichtigste Behandlungsprinzip der Neurodermitis ist das regelmäßige Eincremen der Haut mit einer geeigneten Basis- oder Pflegecreme. Viele Kinder und Jugendliche führen diese Behandlung nur ungerne oder unvollständig durch. Deshalb soll das Eincremen von den Eltern positiv bewertet und auch unterstützt werden. Ermöglichen Sie es Ihrem Kind, das Eincremen als angenehm (streicheln) zu empfinden, und räumen Sie deshalb dafür im Tagesablauf genügend Zeit ein. Bei vielen Kindern ist ein zweimal tägliches Eincremen ausreichend. Manchmal, evtl. auch nur an bestimmten Stellen, trocknet die Haut schneller aus und muss dann öfter zusätzlich eingecremt werden.

Welches Präparat zur Basispflege geeignet ist, sollte für jedes Kind ausprobiert werden. Ihr Kind hat bei uns einige Cremes oder Salben getestet und eine entsprechende Empfehlung mitbekommen. Die verschiedenen Pflegecremes unterscheiden sich in ihrem Feuchtigkeits- und Fettgehalt. Wenn die Haut weiterhin trocken bleibt, sollte eine fettigere Creme verwandt werden. Aber auch wenn die Creme oder Salbe einen zu hohen Fettgehalt hat, reagiert die Haut ungünstig. Sie erkennen dieses an kleinen blassrosa Pickelchen, welche die Haut unrein erscheinen lassen. Wählen Sie dann ein Präparat mit geringem Fettgehalt oder setzen Sie einige Male das Cremen aus. Hier einige Beispiele zur Basispflege:

- **Niedriger Fettgehalt**
Sylter Thermasol Basiscreme, Nivea-Lotion[®], Neribas[®], Alfason Basis Creme[®],
- **Mittlerer Fettgehalt**
Kochsalzkühlsalbe, Linola Fettsalbe[®], Na-chloratum DHU[®]
- **Hoher Fettgehalt**
Bepanthen Salbe[®], Mandelölsalbe.

Auch heilende Cremes und Salben eignen sich durchaus zur Basispflege, insbesondere dann, wenn die Haut gerötet ist oder bleibt, und die typischen Knötchen und Verdickungen zeigt.

3. Heilsalben

Schon seit vielen Jahren sind verschiedene Heilsalben bekannt, die in der Lage sind, die entzündlichen Hautveränderungen zu heilen.

Zinksalben

Zink ist Bestandteil vieler von uns verwendeter Heilsalben. Es wirkt entzündungshemmend und juckreizlindernd. Zink selbst hat praktisch keine Nebenwirkungen. Nur in sehr seltenen Fällen berichten die Patienten von einem leichten Brennen. Zink ist in folgenden Cremes und Salben enthalten:

PZM (Pasta zinci molle = weiche Zinkpaste), PZM/Bepanthen Salbe, Mischsalbe, Mandelölsalbe, Zinköl,

Lotio alba aquosa (dieses ist eine Zink-Schüttelmixtur, die als Flüssigkeit auf die Haut aufgetragen wird und rasch antrocknet. Sie ist auch für stark entzündete Hautareale sehr gut geeignet, soweit diese nicht zu nässend sind.)

Harnstoffsalben

Harnstoff wirkt ebenfalls juckreiz- und entzündungshemmend. Diese Präparate haben eine hohe Wasserbindungsfähigkeit und sind deshalb besonders gut für trocken-schuppige Haut geeignet. Harnstoff fördert die Aufnahme von anderen Substanzen in die Haut, z.B. auch von Cortison. In Abhängigkeit des Harnstoffgehaltes der Salbe wird von einigen Kindern ein Brennen verspürt. Geeignete Salben enthalten oft 10% Harnstoff, z.B. Basodexan 5[®], Nubral[®], Carbamid[®]

Gerbstoffhaltige Präparate

wirken einerseits austrocknend und ziehen die Entzündung aus dem Hautgewebe, führen andererseits aber auch zu einem besseren Zusammenziehen der Haut. Gerade bei schon narbig veränderter Haut sowie bei den typischen Hand- und Fußekzemen haben sich Gerbstoffe, wie z.B. Tannosynt[®] Lotion oder Tannosynt[®] Creme oder auch als Bäderanwendung sehr bewährt. Solche Tannosynt[®] Hand- und Fußbäder können anfangs 1-2 mal täglich, später 2-3 x pro Woche verordnet werden. Als Naturheilmittel kann Schwarztee in gleicher Weise sehr gut eingesetzt werden.

Helles Schieferöl (Leukythol) in Salben:

ist ebenfalls eine juckreizlindernde und entzündungshemmende Substanz, die Cremes oder Salben zugesetzt werden kann. Diese Salben haben einen leichten Geruch, der an Teerpräparate erinnert, aber nach kurzer Zeit verschwindet.

Feuchtbehandlung der Haut mit Hilfe von Umschlägen

Ist die Haut stark entzündet, nässend, stark juckend oder zeigt viele aufgekratzte Bezirke, wirken feuchte Umschläge juckreizstillend, entzündungshemmend und heilend. Solche Umschläge können zuhause leicht mit in schwarzem Tee getränkten Tüchern gemacht werden. Bei starkem Juckreiz haben sich auch Umschläge mit Tannosynt Lösung bewährt. Bei sehr stark entzündeten Hautarealen, die infiziert und eitrig sind, sind für einen kurzen Zeitraum Rivanol[®]-Umschläge geeignet.

Kombiniert man Cremebehandlung mit Feuchtauflagen und Verbänden, so nennt man dies „**Fettfeuchtverband**“. Er dient dem besseren Eindringen von Pflege- und Heilmitteln über die angefeuchtete Haut und lindert den Juckreiz.

Verbände

die Wirkung von Heilsalben kann durch die Anlage von Verbänden gefördert werden. Durch den Verband wird die Haut zusätzlich geschützt, und das Kind kann nicht so leicht kratzen. Meistens sind Verbände jedoch entbehrlich. In hartnäckigen Fällen kann die heilende Wirkung von Salben durch einen sogenannten Okklusionsverband besonders verstärkt werden: das betroffene Hautareal, z.B. die Handgelenke, werden mit einer Heilsalbe dick eingestrichen, und dann mit einer Haushalts/Frischhaltefolie umwickelt. Nach 10-20 Minuten können die Folie und die überschüssigen Salbenreste wieder entfernt werden.

Antihistaminika

sind Medikamente, die als Tropfen oder Tabletten eingenommen eine Juckreizlinderung bewirken. Nach wochenlanger Einnahme schwächt sich die Wirkung jedoch ab, so dass eine dauerhafte Verabreichung wenig Sinn hat. Geeignet sind z.B.: Fenistil[®] (bewirkt durchaus erwünschte Müdigkeit) und Zyrtec[®].

Cortison

Cortisonsalben haben einen wichtigen Stellenwert in der Behandlung der Neurodermitis. Sie besitzen einen starken juckreizlindernden und entzündungshemmenden Effekt. Deshalb werden sie häufig verordnet und von vielen Kindern und Jugendlichen auch gerne benutzt. Leider haben sie jedoch, bei länger dauernder Anwendung, gravierende Nebenwirkungen: die Haut wird dünn und pergamentartig, die Hautfarbe kann sich verdunkeln, es können kleine Gefäßneubildungen in der Haut entstehen. Nach zu schnellem Absetzen des Cortisons nach Langzeitanwendung kommt es zu einem Schub oder es kommt gar zu chronisch nässenden Ekzemen.

In den meisten Fällen können neurodermitische Hautentzündungen in einem günstigen Klima (See- oder Hochgebirgsklima) auch ohne Cortison erfolgreich therapiert werden.

Ist jedoch eine Cortison-Creme-Behandlung erforderlich, sollte ein mittelstark wirksames Präparat benutzt werden (z.B. Alfason[®], Pandel[®], Advantan[®], Dermatop[®]). Innerhalb weniger Tage bessert sich die Hautentzündung. Dann soll durch ein sogenanntes „Ausschleichschema“ die Cortison-Behandlung beendet werden.

Cortison-Ausschleichschema:

dann	3-7 Tage Alfason [®] 100% (Original-Präparat)
	3 Tage Alfason [®] auf 60% verdünnt (2/3 Cortisoncreme, 1/3 Basiscreme)
dann	3 Tage Alfason [®] 30% (1/3 Cortison, 2/3 Basiscreme)
dann	6 Tage Alfason [®] 30%, jeden 2. Tag anwenden.

Es reicht in aller Regel die Cortison Salbe 1 mal tägl., am besten abends zu benutzen.

Bei sehr stark entzündeten Hautarealen können auch stärkere Präparate verwandt werden. Bei uns hat sich ein Präparat mit einem Antibiotika-Zusatz bewährt (Celestan Sulmycin[®]). Morgens soll eine cortisonfreie Heilsalbe aufgetragen werden. Dieses gilt natürlich auch für die Zeit, wenn das Cortison ausgeschlichen und abgesetzt ist. Im Gesicht sollte Cortison möglichst gar nicht, oder nur in geringer Konzentration verwendet werden. Die Regeln dieses Ausschleichschemas werden bei uns geschult. Wichtig ist es, eine strenge Pause von 14 Tagen ohne Cortison zu machen, um eine Regeneration der Haut zu ermöglichen und die Nebenwirkung des Cortisons zu verhindern. Das gleiche Schema gilt für das neue Makrolidpräparat Protopic[®].

Lokale Makrolide

Seit 2002 sind zwei neue Präparate auf dem Markt, die auch in unserer Fachklinik verwendet werden, sogenannte „lokale Makrolide“. Das eine Mittel wirkt stark entzündungshemmend (Protopic[®] als Salbe), das andere Mittel (Elidel[®] als Creme) wird schon bei leichteren Entzündungen eingesetzt. Sie haben nicht die Nebenwirkungen des Cortisons, das bei ungezieltem Langzeiteinsatz die oben genannten Folgeerscheinungen hervorruft. Die Präparate dürfen nicht ohne Sonnenschutz angewendet werden, wenn eine Sonnenbestrahlung nach Anwendung erfolgt. Die Erfahrung bei Protopic[®] hat gezeigt, dass es bei zu schnellem Absetzen zu Rückfällen mit Ekzemschub führen kann, deshalb empfehlen wir ein „Ausschleichschema“ wie oben für die Cortisonanwendung erklärt.

Für Elidel[®], das nicht so eine starke entzündungshemmende Wirkung wie Protopic[®] hat, aber auch weniger Nebenwirkungen verzeichnet, wird von einigen Ärzten eine Schubprophylaxe, also eine vorbeugende Anwendung 1 mal pro Woche bzw. bei den kleinsten Anzeichen einer Verschlechterung auf Risikostellen an der Haut empfohlen. In unserer Klinik greifen wir in diesen Fällen auf cortisonfreie und makrolidfreie Heilsalben (Zink, Gerbstoff, Triclosan, Leukichthol etc.) zurück.

4. Kratzalternativen

Neben der regelmäßigen Salbenbehandlung der Haut ist es wichtig, das Kratzen möglichst zu vermeiden. Das ist nicht ganz einfach und stellt hohe Anforderungen an den Patienten. Ihr Kind hat bei uns verschiedene Verfahren erlernt, den Juckreiz zu lindern ohne zu kratzen, oder das Kratzbedürfnis dadurch zu stillen, daß alternative Bewegungen das eigentliche Kratzen verhindern.

Möglichkeiten der Juckreizstillung

- Kühlen durch Auflegen eines Cool-Packs (diesen sollten Sie Ihrem Kind besorgen, falls Sie nicht schon eines besitzen). Nach Verwendung müssen die Cool-Packs natürlich wieder im Kühlschrank gelagert werden. Auflegen eines feuchten Waschlappens (getränkt mit Wasser oder Schwarztee) ist ebenfalls hilfreich.
- Eincremen mit einer Pflegecreme, Heilsalbe oder der Notfallcreme (Optiderm[®]).
- Sich selbst ablenken (z.B. ein Buch lesen, etwas spielen, Musik hören usw.).
- Sich selbst ermutigen durch selbstaufgesagte oder gedachte Sprüche wie z.B. : „, Das Jucken wird gleich schon wieder besser“!

Alternative Hautreizung



- Anwendung von leichten Schmerzreizen auf der Haut, die im Gegensatz zum Kratzen nicht zu einer Verletzung führen, wie Drücken, Klopfen oder Kneifen der Haut, am besten um den Bezirk des stärksten Juckreizes herum.
- Reiben und Massieren der Haut.
- Etwas anderes kratzen, z.B. ein bekleidetes Hautareal oder ein selbstgebasteltes Kratzklötzchen (1 Stück Holz in der Größe einer Zigarettenschachtel mit Fensterleder umwickelt und beklebt).
- Sich selbst an einem Gegenstand festhalten (z.B. an einem Stuhl, oder schnell ein Glas Wasser trinken).

Fragen Sie bitte Ihr Kind, welche Kratzalternativen es bei uns kennen gelernt hat, und welche es gerne anwenden möchte. Beobachten und unterstützen Sie bitte Ihr Kind bei der Anwendung dieser Kratzalternativen. Sorgen Sie dafür, daß Möglichkeiten zur Juckreizlinderung auch wirklich sofort verfügbar sind (Cool-Pack, Waschlappen, Tee oder Wasser, Eis, Pflegecreme, Getränke usw.). Ermuntern Sie Ihr Kind, immer die Pflegecreme bei sich zu tragen, gerade auch in der Schule. Schlagen Sie Ihrem Kind vor, bestimmte Areale überhaupt nicht zu kratzen. Hilfreich kann auch die Führung eines Selbstbeobachtungsbogens sein, indem das Kind dokumentiert, wann und in welchen Situationen Juckreiz aufgetreten ist, und welche Kratzalternative es eingesetzt hat. Solche Bögen müssen Sie mit Ihrem Kind besprechen, und es loben, wenn es sie ausgefüllt hat.



Copyright by Fachklinik Sylt

Weitere Behandlungsmöglichkeiten

Entspannung

Stress und emotionale Erregung können zu vermehrtem Juckreiz und Hautverschlechterung führen. Nicht nur spezielle Übungen wie das autogene Training oder die progressive Muskelrelaxation führen zur Entspannung. Angenehme Musik, Lesen und vieles mehr hat positive Wirkungen, die wir alle regelmäßig benötigen. Schaffen Sie für sich und Ihr Kind entsprechende Freiräume, in denen Sie abspannen und genießen können.

UV-Bestrahlung

UV-Licht hat einen günstigen Effekt auf die Neurodermitis. Wegen der potentiell hautkrebserzeugenden Wirkung der UV-Strahlen haben wir die künstliche Bestrahlung mit UV-Lampen nur in Ausnahmefällen für Jugendliche ab 12 Jahre im Programm. Bei uns an der Nordsee nutzen wir jedoch gerne die natürliche UV-Strahlung, die sicherlich auch ihren Anteil an der Hautverbesserung Ihres Kindes gehabt hat.

Bei sehr schwerer Neurodermitis ist es aber gerechtfertigt mit dem Hautarzt über diese Therapie zu diskutieren.



Alternative Heilverfahren

Es gibt leider bislang kein Patentrezept für die Behandlung der Neurodermitis. Die Therapie orientiert sich stets an der Linderung von Beschwerden und Symptomen. Aber die Prognose der Erkrankung ist letztlich sehr günstig, weil die Haut bei 50% der Patienten während des weiteren Kindes- und Jugendalters abheilt.

Trotzdem ist die Neurodermitis für die betroffenen Kinder und deren Familien oft quälend und kann zu verzweifelten Situationen führen. Dann wird nicht selten Rat bei Ärzten und Heilern gesucht, die sog. alternative Methoden verwenden und eine Heilung versprechen. Außer den in diesem Merkblatt beschriebenen wirksamen schulmedizinischen und natur-heilkundlichen Verfahren, gibt es jedoch nur wenige Heilmethoden, die wissenschaftlich ihre Wirksamkeit bewiesen hätten. Das bedeutet jedoch nicht, dass die Anwendung solcher Verfahren nicht in Einzelfällen zum Erfolg führt.

Insbesondere die ausgiebige und einfühlsame Zuwendung, die Vermittlung guter Ratschläge (regelmäßige Hautpflege mit fett- und feuchtigkeitshaltigen Cremes oder die Empfehlung von Diäten), die hohe Spontanheilungsrate und die Heilungserwartung des Patienten bewirken bei der chronischen Hauterkrankung den Erfolg. Dessen sind sich auch universitär-wissenschaftlich arbeitende Ärzte bewusst, nutzen dieses Wissen jedoch häufig nicht.

Deshalb holen sich Eltern noch andere Heilsmeinungen und Ratschläge ein. Ratschläge zu befolgen, die beinhalten, dass man eine Therapie abbrechen soll, mit der man schon günstige Erfahrungen gesammelt haben, sollten stets kritisch betrachtet werden.

Wir wollen uns hier nicht prinzipiell gegen alternative Heilverfahren wenden. Auf diesem neuen Gesundheitsmarkt gibt es jedoch leider etliche sehr unseriöse Anbieter, die mit ungesicherten Methoden viel Geld verdienen.

Gute Informationen über alternative Heilverfahren erhalten Sie aus dem Buch "Die andere Medizin" aus dem Verlag Stiftung Warentest.

Wie geht es weiter?

Die von uns empfohlene Behandlung sollten Sie mit Ihrem Kinder- oder Hautarzt besprechen. Er wird Ihnen sicher die notwendigen Salben rezeptieren. Unsere Rezeptvorschläge sind auf der letzten Seite abgedruckt.

Nachbefragungen und Untersuchungen ein Jahr nach Abschluss der Rehabilitation (Kur) bei uns haben ergeben, daß bei 80% der Kinder die Verbesserung der Neurodermitis im wesentlichen anhielt. Bei 20% der Kinder war wieder eine Verschlechterung des Hautzustandes zu verzeichnen gewesen. Diese Verschlechterung beruhte vor allem darauf, daß keine Kratzalternativen mehr eingesetzt wurden, oder keine Basispflege mehr durchgeführt wurde, oder die Kinder viel Stress im Umgang mit der Neurodermitis in ihrer Familie erleben mussten.

Weitere Informationen und Hinweise auf Literatur und Selbsthilfegruppen können Sie dem Neurodermitisschulungsheft Ihres Kindes entnehmen. Falls dieses Heft verloren gegangen sein sollte, können Sie dieses schriftlich nachbestellen. Bitte legen Sie der Bestellung einen Scheck von €15,00 bei, weil wir sonst Ihre Anfrage leider nicht beantworten können.

Grundsätzlich ist es auch möglich, dass ihr Kind diese Rehabilitation noch einmal wiederholt. Das gesetzlich dafür vorgeschriebene Intervall beträgt z. Zt. vier Jahre, bei besonderer Bedürftigkeit aber auch weniger. Sprechen Sie darüber mit Ihrem Kinder- oder Hausarzt.

Wir wünschen Ihnen und Ihrem Kind alles Gute!

Dr. Rainer Stachow
- Chefarzt-

Dr. Sibylle Scheewe
- Oberärztin -

Dr. Dirk Eichmann
- Facharzt -

Salbenrezepturen für die Neurodermitisbehandlung der Fachklinik Sylt:

Für trockene Haut:

Unguentum Leniens Kochsalz
= Kochsalzkühlsalbe:

Natr. Chlorat.	1,0
Cera flava	7,0
Cetylpalmitat	8,0
Ol. Arachidis	60,0
Ad. purificata ad	100,0

Für extrem trockene, teils gerötete Haut

Mandelölsalbe:

Cerae flavae	10,0
Paraf. solid.	10,0
Zinc. oxidat.	4,0
ol. amydg. ad	100,0

Für erhabene und rote Stellen morgens und abends

Pasta zinci molle = (PZM):

Zinc. oxidat.	20,0
Ungt. molle ad	100,0

Für rote und trockene Haut

PZM/Bepanthen (Roche (R) 1:1 Gemisch

Zinc. Oxidat	20,0
Ungt. Molle	80,0
Bepanthen-Salbe ad	200,0

Für stärker entzündete rote Stellen

Leukichthol-Zinkpaste:

Leukichthol	10,0
Zinkpaste	150,0
Ol. oliv. Ad	200,0

Für rote und schuppige Stellen morgens und abends

Mischsalbe:

Acid. Salicyl.	2,0
Ol. Jecor.	2,0
Zinc. oxidat.	20,0
Ungt. molle ad	100,0

Für aufgekratzte Stellen bei akuten Ekzemen

Zinköl:

Zinc. oxidat. Ol. arach. aa ad	100,0
--------------------------------	-------

Lotio alba aquosa:

Zinc oxidat.	10,0
Talc. Venet.	10,0
Glycerini	40,0
Aqua dest.	40,0

Mit Feuchtigkeitscreme nachfetten, zum Beispiel mit Neribascreme

Notfallplan für die Behandlung des starken Neurodermitis-Schubes

1. Auslöser versuchen zu erkennen und zu meiden
2. Versuchen konsequent Kratzalternativen einzusetzen.
3. 2 mal tägl. entzündungslindernde Umschläge (Octenisept[®] oder Schwarztee[®] oder Tannosynt[®])
4. Betroffene Stellen 2 mal tägl. mit Lotio alba aquosa eincremen. Nach Bedarf überfetten.
5. Zusätzlich mehrmals täglich Pflegecreme
6. Bei starkem Juckreiz Gabe von Fenistil[®] oder Zyrtec[®] für einige Tage.
7. Bei nässender und eitriger Entzündung mit dem Arzt eine Antibiotikabehandlung besprechen.

Die exakte Anwendung dieses Schema führt innerhalb von zwei bis drei Tagen meistens zu einer Verbesserung des Hautzustandes. Haben Sie und Ihr Kind jetzt etwas Geduld, die Verbesserung wird sich in den nächsten Tagen weiter fortsetzen. Allerdings setzt die Verbesserung nicht so schnell ein, wie Sie es vielleicht nach Benutzung einer Cortisonsalbe gewohnt sind.

Wenn es nach drei Tagen nicht zu einer Hautverbesserung gekommen ist, sollten Sie überlegen statt Lotio alba einmal täglich zusätzlich eine Cortisonsalbe zu cremen und dann das oben beschriebene Ausschleichtschemata anzuwenden.