

# Gesundheitsgespräch

## Unsere Haut

Sendedatum: 30.09.2020

- Neurodermitis
- Schuppenflechte (Psoriasis)
- Hautallergien

## Neurodermitis

### Expertinnen:

**Prof. Dr. Erika von Mutius**, Oberärztin und Leiterin der Asthma- und Allergieambulanz in der Kinderklinik der Ludwig-Maximilians-Universität im Dr. von Haunerschen Kinderspital

**Dr. Christina Schnopp**, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein, Klinikum rechts der Isar, Technische Universität München

Autorin: Katharina Hübel

Neurodermitis oder auch atopische Dermatitis genannt trifft besonders Kinder. Sie weinen, weil sie vor lauter Jucken und Kratzen nicht schlafen können, sind schlecht gelaunt, gereizt – so wie ihre Haut. Die genetisch bedingte Hauterkrankung sorgt für viel körperliches Leid, hat aber auch soziale und psychologische Folgen. Auf den Eltern liegt die Last, all das abzufedern, oft fühlen sie sich sogar zu Unrecht schuldig, dass sie ihrem Kind nur bedingt helfen können. Eine gute Betreuung durch den richtigen Arzt kann sie dabei unterstützen, die Neurodermitis ihres Kindes besser zu begleiten. Aber auch Erwachsene leiden unter der schmerzhaften Hauterkrankung. Was kann helfen?

*Der vorliegende Text beruht auf Interviews mit Prof. Dr. Erika von Mutius, Oberärztin und Leiterin der Asthma- und Allergieambulanz in der Kinderklinik der Ludwig-Maximilians-Universität im Dr. von Haunerschen Kinderspital und Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein, Klinikum rechts der Isar, Technische Universität München.*

Dieses Manuskript wird ohne Endkorrektur versandt und darf nur zum privaten Gebrauch verwendet werden. Jede andere Verwendung oder Veröffentlichung ist nur in Absprache mit dem Bayerischen Rundfunk möglich!

© Bayerischer Rundfunk 2020

Bayern 2-Hörerservice

Bayerischer Rundfunk, 80300 München; Service-Nr.: 0800 / 5900 222 Fax: 089/5900-46258

[service@bayern2.de](mailto:service@bayern2.de); [www.bayern2.de](http://www.bayern2.de)

## Neurodermitis oder atopische Dermatitis – Was genau ist Neurodermitis?

Atopische Dermatitis ist der neuere Fachbegriff für das, was gemeinhin als Neurodermitis bezeichnet wird. Atopische Dermatitis, die wir hier vereinfacht mit dem bekannteren Begriff Neurodermitis bezeichnen, ist eine chronisch-entzündliche, aber nicht ansteckende Hautkrankheit.

### **Erscheinungsbild:**

- Jucken
- flächiger, roter Ausschlag, möglicherweise schuppig oder nässend
- bei Babys häufig im Gesicht und an Kopf und Rumpf
- bei Kleinkindern klassischerweise in Arm- und Kniebeugen
- Kinder kratzen sich blutig
- bei Erwachsenen auch im Gesicht, an den Händen, im Genitalbereich
- chronisch, taucht immer wieder auf

*"Neurodermitis ist sehr heterogen. Es gibt viele Ausprägungsformen, viele Gründe." Prof. Dr. Erika von Mutius, Dr. von Haunersches Kinderspital*

### **Was passiert bei Neurodermitis?**

Bei Neurodermitis ist die Hautbarriere gestört, dadurch ist sie durchlässiger. Nach außen verliert sie mehr Feuchtigkeit, daher fühlt sie sich trockener an als üblich. Von außen dringt mehr ein als gewünscht ist: beispielsweise Chlor nach dem Schwimmbadbesuch (Hautreizung) Allergene wie Hausstaubmilben, Katzenhaare, Pollen oder auch Bakterien. Das triggert eine Entzündung, da unter der Hautbarriere sehr viele Entzündungszellen sitzen, die für die Körperabwehr mit zuständig sind. Dort kommt es dann zu einer Überreaktion. Eine Polle wird genauso bekämpft, als wenn sie ein schlimmes Bakterium oder ein Virus wäre.

*"Dann kommt es zu einem Teufelskreis: Wenn die Entzündungszellen unter der Haut überreagieren, wird die Hautbarriere noch schlechter. Kratzen die Kinder, dann wird die Barriere noch mehr gestört – es dringt noch mehr ein. Auch verschlimmert sich die Entzündung." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

Außerdem verändert sich die Zusammensetzung der Bakterien, die sich auf der Haut ansiedeln: Bakterien, die eigentlich der Haut helfen würden, räumen das Feld und es siedeln sich an den entzündeten Stellen zunehmend Bakterien an, die die Haut weiter schädigen – wie z.B. Staphylokokken.

### **Wenn die Haut nässt**

In schweren Fällen von Neurodermitis beginnt die Entzündung irgendwann zu nässen. Eine "Superinfektion" mit Staphylokokken ist dafür verantwortlich. Vermehren sie sich übermäßig, nässt die Haut. Kratzen und starker Juckreiz gehen meist voraus. Infiziert sich die Haut und kommt es zu eitriger Krustenbildung, muss der Patient Antibiotika nehmen.

### **Bei Herpes: Kinder ins Krankenhaus**

Bei einer zusätzlichen Herpesinfektion müssen Kinder ins Krankenhaus – dort können antivirale Medikamente über die Vene gegeben werden.

### **Wie entsteht Neurodermitis?**

Insgesamt ist es noch ein Rätsel, warum es Menschen mit Neurodermitis und Menschen ohne gibt. So viel lässt sich aber bereits sagen: Die Gene spielen eine wichtige Rolle. Und zwar in drei Bereichen:

- Durch eine schlechtere Hautbarriere und eine veränderte Fettzusammensetzung ist die Haut empfindlicher und insgesamt trockener.
- Betroffene neigen zu Allergien wie Heuschnupfen und zu Asthma.
- Die Juckreizwahrnehmung ist oft intensiver.

*"Dass einige Neurodermitiker auch Allergiker sind, liegt daran, dass ihr Immunsystem überempfindlich ist. Oft haben sie später im Leben Heuschnupfen und möglicherweise sogar Asthma. Außerdem nehmen sie Juckreiz oft intensiver wahr als Nicht-Neurodermitiker – aber das ist noch nicht ausreichend erforscht." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

Wenige Kinder, die früh eine Neurodermitis hatten, bekommen später Asthma. Das seien allerdings lediglich zwei bis drei Prozent der Betroffenen, so Erika von Mutius vom Hainerschen Kinderspital.

Auch ist wohl ein ganzes Bündel an Genen dafür verantwortlich, ob ein Kind überhaupt Neurodermitis entwickelt oder nicht. Das bedeutet: Auch, wenn die Eltern nicht betroffen sind, kann es sein, dass ihr Kind Neurodermitis bekommt, da viele verschiedene Gene zusammenkommen müssen. Allerdings gibt es auch ein besonderes Gen, das bei Neurodermitikern eine Rolle spielen könnte: das Filaggrin-Gen. Filaggrin ist ein Schlüsseleiweiß der Hautbarriere. Neueste Erkenntnisse deuten darauf hin, dass Menschen, die einen genetisch bedingten Filaggrin-Mangel haben, ein deutlich höheres Risiko haben, an Allergien oder Neurodermitis zu erkranken.

*"Zellen hängen normalerweise ganz dicht zusammen. Bei Neurodermitis kann diese Barriere gestört sein, indem diese Zellen einfach nicht so stark aneinanderhängen. Das sieht man mit bloßem Auge zwar nicht, aber man sieht die Konsequenzen daraus: dass die Haut trocken ist, weil sie die Feuchtigkeit verliert." Prof. Dr. Erika von Mutius, Dr. von Haunersches Kinderspital*

### **Wann entwickelt sich Neurodermitis?**

Neurodermitis entwickelt sich meist innerhalb der ersten zwei Lebensjahre. Aber es gibt auch 20 Prozent der Betroffenen, die sie erst später bekommen – und einige, bei denen Neurodermitis sogar erst mit 65 ausbricht. Die Spätentwickler sind jedoch die Ausnahme. Dr. Christina Schnopp vermutet, dass es auch Umweltfaktoren sind, die den Zeitpunkt des Ausbruchs bestimmen.

### **Umweltfaktoren, die Neurodermitis triggern:**

- bei Kindern häufig Infekte oder wenn sie Zähne bekommen (wenn also das Immunsystem "angeheizt" wird)
- nach anstrengenden Momenten, wie z. B. Babyschwimmen (was aber nicht als Argument gegen Babyschwimmen verstanden werden darf, denn die Neurodermitis wäre so oder so ausgebrochen)
- Stressphasen wie Trauer, Beziehungskrisen, Arbeitsüberlastung etc.
- falsche Cremes oder Kleidung (am besten ist Baumwolle, möglichst wenig Plastik)

Bei 80 Prozent der Kinder verschwindet die Neurodermitis im Verlauf des Lebens wieder. Auch hier sind die genauen Hintergründe und Zusammenhänge unklar – vielleicht hängt es damit zusammen, dass das Immunsystem und die Hautbarriere ausreifen. Fest steht nur: 15 bis 20 Prozent der Kinder in Deutschland haben derzeit Neurodermitis, bei den Erwachsenen sind es nur noch drei Prozent.

*"Die Neurodermitis kommt und geht von sich aus. Wenn sie kommt, denkt man immer, man habe etwas falsch gemacht. Und wenn sie geht, denkt man, man habe etwas richtiggemacht, das ist aber meistens nicht der Fall." Prof. Dr. Erika von Mutius, Dr. von Haunersches Kinderspital*

Ein schubweiser Verlauf ist typisch für die Erkrankung. Manche begleitet die Neurodermitis ein Leben lang, sie kann aber beispielsweise auch durch Schwangerschaft und Stillzeit erneut aufflammen.

## **Glycerin, Harnstoff, Cortison- wie kann man Neurodermitis behandeln?**

Bislang ist es nicht möglich, Neurodermitis zu heilen. Die Ärzte können lediglich die Symptome behandeln. Das Fundament einer jeden Therapie ist die richtige "Basispflege", die die gestörte Hautbarriere ausgleicht und die Haut feucht hält.

### **Basispflege:**

- Bei leichten Formen reicht täglich ein- bis zweimal Ganzkörpereincremen mit einer etwas fetteren Creme aus dem Babysortiment.
- Bei schwereren Formen kann der Kinder- oder Hautarzt eine passende Basispflege verschreiben.
- Es gibt verschiedene Creme-Rezepturen (auch für Sommer und Winter).
- Meist ist Geduld gefragt, die richtige zu finden.

*"Wenn die Kinder eine schwere Neurodermitis haben, ist es schwierig. Sie haben offene Stellen, dann brennt für sie vieles. Man muss dann aufpassen, dass die Creme nicht zu fett ist und so den Juckreiz nicht wieder verstärkt. Dann wird es kompliziert. Ab diesem Zeitpunkt ist es sinnvoll, zum Arzt zu gehen." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

### **Zusammensetzung der Cremes:**

- Glycerin bei Kindern / Harnstoff bei Erwachsenen
- auf die Reihenfolge der Inhaltsstoffe auf der Verpackung achten: Wenn Fett und Glycerin recht weit vorne stehen, ist viel davon enthalten.

### **Cortison-Cremes**

Stärkere Cremes wie Cortison-Cremes, die vom Arzt verschrieben werden müssen, sind dann sinnvoll, wenn das Kind einen hohen Leidensdruck hat. Manche Kinder haben münzgroße Ekzeme, die schlimm aussehen, die das Kind aber nicht weiter stören. In so einem Fall ist es nicht sinnvoll, Cortison-Cremes zu verwenden. Es gibt jedoch Fälle, in denen die Haut der Kinder nicht besonders entzündet aussieht, die Kinder sich jedoch viel kratzen und schlecht schlafen und sich oft an die gleichen Stellen fassen.

*"Immer, wenn das Kind sich in seiner Haut unwohl fühlt, sollte man es auch anti-entzündlich, also mit einer Cortison-Creme behandeln. Man muss vor Cortison-Cremes bei Kindern keine Angst mehr haben, wenn man das richtige Cortison in der richtigen Weise anwendet." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

Der schlechte Ruf von Cortison kommt von den starken Nebenwirkungen, die Cortison noch vor einigen Jahrzehnten hatte.

*"Man muss die Eltern immer erst für eine Cortisontherapie gewinnen, weil es noch in den Köpfen steckt, dass Cortison etwas ganz Schreckliches sei und dass man das nicht dauerhaft machen könne. Cortison-Cremes sind aber in der Wirkung etwas Anderes als Cortison zum Einnehmen." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

Inzwischen gibt es Cortison-Cremes mit Wirkstoffen der sogenannten 4. Generation der Steroide, die eine andere chemische Struktur aufweisen, als das Cortison, das es vor 50 Jahren gab.

*"Diese neuen Arten von Cortison gehen nicht mehr in den Körper hinein. Man muss keine Angst mehr vor Nebenwirkungen haben, oder dass Cortison in den Blutkreislauf gerät. Aufgrund der neuen chemischen Struktur kann das nicht mehr passieren. Außerdem machen sie die Haut nicht mehr dünner, wenn sie in entsprechender Stärke eingenommen werden. Es gibt keinen Grund, das Kind leiden zu lassen." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

Bei den modernen Cortisonen passiert es auch nicht, dass sich die Haut daran gewöhnen und die Creme dadurch an Wirkung verlieren würde oder man irgendwann mehr davon auftragen müsste.

*"Cortison hat Nebenwirkungen, wenn man es in Tablettenform nimmt. Da ist es von der Menge abhängig. Cortison ist ein körpereigenes Hormon. Wenn man es von außen zuführt, hört die Nebennierenrinde auf, es zu produzieren. Das ist das, was die Nebenwirkungen auslöst. Wenn man aber nur ganz wenig auf die Haut aufträgt, ist das nur ein Hundertstel oder Tausendstel von dem, was die Nebennierenrinde produziert und dann hat das keinen Effekt." Prof. Dr. Erika von Mutius, Dr. von Hainersches Kinderspital*

Auch muss man mit der neuen Generation von Cortisonen keine Pause beim Cremen mehr einplanen. Früher lautete die Empfehlung, nach vier Wochen Anwendung vier Wochen Pause zu machen.

*"Im Gegenteil. Wir wenden inzwischen eine proaktive Therapie an: Bei den schwereren Formen wird inzwischen zwei Mal pro Woche eine Erhaltungstherapie gemacht. – auch, wenn die Haut kaum mehr entzündet ist." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*



So blühen die oft entzündeten Stellen erst gar nicht mehr auf. Der Verlauf wird insgesamt abgemildert, der Teufelskreis gestoppt.

*"Das ist ein äußerst erfolgreiches Therapiekonzept für mittelschwere und auch für viele schwere Formen, weil wir dadurch diese Spirale aus Kratzen, offener Haut, Barrierestörung und noch mehr Irritation herunterschrauben. Dann kann sich die Haut stabilisieren, die Entzündung hört auf, das Kind kratzt weniger, der Schutzmantel wird wieder intakter." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

Auch das Hauersche Kinderspital setzt auf proaktive Therapie und hat damit gute Erfahrungen gemacht. Statt Cortison kann man inzwischen auch andere, antientzündliche Cremes verschreiben, über deren Langzeitfolgen allerdings noch nicht viel bekannt ist. Denn es handelt sich dabei um neuere Präparate.

*"Deswegen bin ich da immer ein bisschen vorsichtig und verschreibe sie nur, wenn es absolut notwendig ist." Prof. Dr. Erika von Mutius, Dr. von Hauersches Kinderspital*

### **Biologicals**

Bei Biologicals handelt es sich um eine neuere Generation von Medikamenten, die auch für die Therapie von Neurodermitis eingesetzt werden können - allerdings nur in besonders schweren Fällen. In der Erwachsenentherapie sind sie schon länger im Einsatz und hätten dort, so Prof. Erika von Mutius, "phänomenal gute" Wirkung gezeigt. Für Kinder sind sie erst seit relativ kurzer Zeit zugelassen. Die Erfahrungen damit sind also noch dürftig.

Biologicals werden alle vier Wochen in einer spezialisierten Ambulanz gespritzt. Sie verhindern, dass bestimmte Botenstoffe der Entzündung an Rezeptoren im Körper andocken können. Biologicals sind allerdings noch extrem teuer, daher werden sie mit Bedacht eingesetzt.

### **Prävention von Neurodermitis?**

Es gibt viele Studien dazu, ob man Neurodermitis vorbeugen kann. Dieser Bereich wird bereits seit gut 50 Jahren erforscht. Interessant ist die Frage beispielsweise für Eltern, die bereits ein Kind mit Neurodermitis haben und sich fragen, ob ihr zweites Kind – das beispielsweise noch im Mutterleib ist – auch davon betroffen sein könnte.

*"Letztlich muss man sagen: Man kann leider nichts präventiv tun. Es ist bereits alles Mögliche probiert worden: strenge Diät der Mutter, totale Sanierung der Wohnung – keine Teppiche, keine Pflanzen, keine Haustiere, probiotische Bakterien, permanentes Eincremen der Babys, schon bevor sie Symptome zeigen – es klingt verlockend. Aber die großen Studien haben für keine dieser*

Dieses Manuskript wird ohne Endkorrektur versandt und darf nur zum privaten Gebrauch verwendet werden. Jede andere Verwendung oder Veröffentlichung ist nur in Absprache mit dem Bayerischen Rundfunk möglich!

© Bayerischer Rundfunk 2020

Bayern 2-Hörerservice

Bayerischer Rundfunk, 80300 München; Service-Nr.: 0800 / 5900 222 Fax: 089/5900-46258

[service@bayern2.de](mailto:service@bayern2.de); [www.bayern2.de](http://www.bayern2.de)

*Maßnahmen, die ja zum Teil äußerst aufwändig sind, einen Effekt gezeigt." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

### **Neurodermitis bei Kindern – praktische Tipps**

Erwachsene haben tendenziell eher die schwereren Formen von Neurodermitis. Erwachsene bekommen deshalb auch stärkere Medikamente, oft in Tablettenform.

*"Bei den Kindern muss man auch ganz praktische Dinge berücksichtigen, zum Beispiel, dass man einen Zweijährigen nicht drei Mal an- und ausziehen möchte, um ihn einzucremen. Manche Kleinkinder lassen sich gar nicht eincremen, dann muss man sich ein paar Tricks ausdenken." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

Zudem besteht bei Kindern oft das Problem, den richtigen Arzt zu finden. So mancher Kinderarzt kennt sich nicht im Speziellen mit der Haut aus, viele Hautärzte hingegen sind nicht auf Kinder spezialisiert.

*"Viele Hautärzte haben Angst, Kinder zu behandeln. Sie denken, Kindern darf man gar keine medizinischen Cremes geben. Deswegen werden Kinder mit Neurodermitis bei solchen Hautärzten auch nicht vernünftig therapiert." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

### **Tricks für die Therapie von Kindern**

Rituale helfen bei Kindern in der Regel immer. Wie beim Zähneputzen muss das tägliche Eincremen in die Routinen eingebaut sein und darf auch nicht verhandelbar sein. Aber auch das Eincremen mit einer Geschichte zu verbinden, ist für kleinere Kinder oft eine hilfreiche Idee. Statt zu sagen "Wir müssen das jetzt aber machen", kommt dann beispielsweise der Zauberschleim des Kobolds oder die Glitzerpaste der Fee, die heilen kann. Oft hilft es Kindern auch, wenn sie sich selbst eincremen und auch mal mit der Creme ein Gesicht auf ihren Arm malen dürfen oder einen kleinen Klecks auf Mamas Nase geben. Eine Möglichkeit kann auch sein, die Kinder nachts einzucremen, wenn sie schlafen.

*"Das ist ein großes Problem für viele Eltern, die jeden Tag mit ihrem Kind darüber diskutieren müssen und mit Belohnung bzw. Bestechung arbeiten – das kann es aber eigentlich nicht sein. Am besten, das Eincremen kommt immer in den selben Ablauf hinein, so wie Anziehen und Zähneputzen auch.*



*Man darf es versüßen und das Kind schaut beispielsweise währenddessen das Sandmännchen. Es ist auch eine Frage, wie sehr die Eltern das wollen." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

Allerdings ist das tägliche Eincremen für viele Eltern und Kinder ein zusätzlicher Stressfaktor im Alltag – zusätzlich zum Anziehen, Zähneputzen, Pünktlich-aus-dem-Haus-Kommen – und kann die Beziehung belasten. Stress ist wiederum eine Belastung für die Haut.

*"Wir Ärzte müssen einen Therapieplan entwerfen, der für die Eltern machbar ist. Ich kann nicht einer Mutter sagen, sie muss den Zweijährigen morgens eincremen, wenn sie noch zwei andere Kinder hat, die in der Früh in die Schule müssen. Aber den wenigsten Stress macht es tatsächlich, wenn das Eincremen einfach zum Tagesablauf dazugehört. Und irgendwann verstehen die Kinder auch, dass ihnen das Eincremen hilft." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

### **"Neurodermitiskost" - Haut und Ernährung**

Ein Drittel der schwer Betroffenen hat eine Nahrungsmittelallergie, diese Betroffenen müssen natürlich sehr auf ihre Ernährung achten. Die Allergien müssen allerdings durch Tests bestätigt werden und eine Ernährungsumstellung sollte nicht auf Vermutungen basieren. Zwei Drittel der Menschen mit schweren Verläufen haben keinerlei Allergie. Daher gibt es keine allgemeine Empfehlung.

Bei Kleinkindern triggern oft bestimmte Früchte die Neurodermitis, bringen eine so genannte "unspezifische Verschlechterung", sind aber streng genommen keine Allergie. Dazu zählen:

- Zitrusfrüchte
- Erdbeeren
- Tomaten
- Kiwi

*"Einer der Gründe, weshalb Menschen Neurodermitis bekommen können, ist eine Nahrungsmittelallergie. Typischerweise auf Kuhmilch oder auf Hühnereiweiß oder auf Weizenmehl ab dem ersten bis zum dritten Lebensjahr. Dann kann die Neurodermitis völlig verschwinden, wenn man eine Diät macht. Aber das ist eine kleine Anzahl von Kindern." Prof. Dr. Erika von Mutius, Dr. von Haunersches Kinderspital*

Ob eine Allergie vorliegt, kann man mit einem Blut-Allergie-Test oder Prick-Test feststellen. Bei einem Pricktest wird die Haut an der Unterseite des Armes minimal eingeritzt. Danach werden verschiedene Allergene darauf getropft. Reagiert die Haut, weiß man, wogegen eine Allergie vorliegt.

*"Das sollte man immer machen. Es wird nämlich sehr viel Unsinn über Wunderdiäten verbreitet. Manche denken, man könne eine Diät machen und damit sei die Neurodermitis weg. Das sollte aber keiner auf Verdacht machen – und schon gar nicht bei Kindern. Diäten bei Kindern führen häufig dazu, dass sie dann zu wenig essen können oder falsche Milch kriegen - zum Beispiel Ziegenmilch, die hat aber zu wenig Vitamin B12. Auch muss man aufpassen, dass kein Calcium-Mangel entsteht." Prof. Dr. Erika von Mutius, Dr. von Haunersches Kinderspital*

Diäten – vor allem bei Kindern – sollte man nur begründet und unter ärztlicher Aufsicht machen. Auch Hausstaubmilben beispielsweise können die Neurodermitis verstärken – sofern eine Allergie vorliegt.

### **Kinderhaut und Psyche – wenn Neurodermitis aufs Gemüt schlägt**

Bei Erwachsenen wirkt sich eine psychische Belastung oft stark auf die Haut aus, beispielsweise nach einem Schicksalsschlag wie einer Trennung oder bei Beziehungsstress.

*"Bei den Kindern ist das eher umgekehrt, in dem Sinne, dass sich die Haut auf die Psyche auswirkt und auf die Beziehung mit den Eltern. Bei allen chronisch kranken Kindern ist das so." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

Studien zeigen, dass gerade Kinder, die vor dem zweiten Lebensjahr eine schwere bis mittelschwere Neurodermitis hatten, auch als Jugendliche noch Auffälligkeiten im Psychosozialen aufweisen. Sie sind ängstlicher, sie sind nicht so gut in der Sozialinteraktion. Psychologen führen das darauf zurück, dass in der frühkindlichen Phase das Taktile zu kurz kommt, die Berührung, der enge Kontakt zu Bezugspersonen. "Verlust des Urvertrauens" ist das Schlagwort.

*"Je besser Sie therapieren, je weniger die Neurodermitis die Lebensqualität beeinflusst, desto weniger wirkt sich die Erkrankung auf die Psyche aus. Das berichten einige Eltern der Kinder, die bei mir in Therapie sind. Dazu gibt es allerdings keine Studien." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

Auch am Haunerschen Kinderspital hat Erika von Mutius die Erfahrung gemacht, dass vor allem Kinder wegen ihrer Neurodermitis belastende Erlebnisse haben.

*"Alles, was mit der Haut passiert, ist sichtbar und kann leicht dazu führen, dass man stigmatisiert wird. Vor allem unter Kindern, da ihnen ein Ekzem manchmal unheimlich erscheint." Prof. Dr. Erika von Mutius, Dr. von Haunersches Kinderspital*

Dann geben ihnen andere Kinder die Hand nicht mehr, meiden sie, zeigen mit dem Finger auf sie. Andere haben Angst, sich anzustecken oder sie finden den Ausschlag einfach nur komisch. In so einem Fall kann es helfen, dass die Eltern mit der Klassenlehrerin sprechen und diese die Klasse aufklärt. Manchmal sind es aber auch die gut gemeinten Reaktionen, die den betroffenen Familien Stress verursachen.

*"Für junge Mütter ist es oft ein Riesenstress, wenn sie mit dem Kinderwagen unterwegs sind und jeder beugt sich dann in den Kinderwagen und sagt: 'Oh Gott!' Und jeder meint dann, er müsste die guten Tipps loswerden, die oft nichts bringen. Oder die Oma, die meint, die Mutter mache alles falsch. Das kann schon ein erheblicher Stressfaktor sein." Prof. Dr. Erika von Mutius, Dr. von Haunersches Kinderspital*

Nicht selten fühlen sich die Eltern – auch ohne Schuldzuweisung von außen – verantwortlich für die Erkrankung ihrer Kinder. Sie fühlen sich schuldig, denken, dass sie alles falsch machen. Ihnen spricht Prof. von Mutius Mut zu, versucht ihnen Selbstbewusstsein zu geben.

*"Ich habe oft Eltern erlebt, die sich schuldig gefühlt haben. Dann muss man ihnen sagen, dass sie nichts falsch machen, denn oft kann man bei der Neurodermitis den Verlauf gar nicht beeinflussen." Prof. Dr. Erika von Mutius, Dr. von Haunersches Kinderspital*

Weder durch Homöopathie, noch durch Heilpraktiker, auch nicht durch Diäten könne die Neurodermitis grundsätzlich beeinflusst werden, so der Standpunkt von Erika von Mutius. Oft würde das nur zusätzlich die Eltern und das Kind zermürben, da sie das Kind zu weiteren Terminen, Untersuchungen und zum Verzicht bestimmter, vielleicht gemochter Lebensmittel bringen müssen. Erika von Mutius versucht vielmehr, den Eltern Ruhe und Selbstvertrauen zu geben. Denn sie sind die Experten für ihr eigenes Kind.

*"Ich begleite die Eltern eine Zeit lang und dann sage ich zu ihnen: 'Sie wissen am besten, was Ihrem Kind guttut oder schlecht tut.' Was bei dem einen Kind*

*hilft, ist noch lange nicht gesagt, dass es auch dem anderen Kind hilft. Neurodermitis ist eine sehr individuelle Erkrankung." Prof. Dr. Erika von Mutius, Dr. von Haunersches Kinderspital*

Können die Eltern gut mit der Erkrankung umgehen und sind entspannt, ist es für die Kinder sehr hilfreich. Eltern können auch darauf achten, dass die Kinder Rückzugsmöglichkeiten und Ruhepausen haben.

Kinder mit Neurodermitis sind, so Dr. Christina Schnopp, oftmals sehr hibbelig, neugierig und interessiert, oft auch sehr schlau, manchmal auch schwer zu stoppen. Allerdings hilft es ihnen meistens, wenn sie einen gleichmäßigen Tagesablauf haben.

*"Es tut der Haut gut, wenn das Leben nicht zu aufregend ist - also nicht gestern bei der Freundin, heute bei der Oma. Rituale helfen. Die Eckpunkte sind der Morgen und der Abend, dass da alles gleich abläuft, dass nicht ständig andere Essens- und Schlafenszeiten sind. Es tut diesen Kindern gut, wenn sie einen regelmäßigen Rhythmus haben. Bei ihnen passiert so viel im Gehirn, dass ihnen ein bisschen Ruhe von außen hilft." Dr. Christina Schnopp, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie am Biederstein*

### **Neurodermitis – das können Betroffene zusätzlich tun**

Bei der Sonnencreme beispielsweise gibt es extra Cremes für Neurodermitiker. Im Winter kann ein seifenfreies Waschstück verhindern, dass die Haut zusätzlich durchs Händewaschen gereizt wird.

#### **Weitere Tipps:**

- Baumwolle statt kratziger Wolle tragen
- aufs Waschmittel achten
- nicht zu warm anziehen,
- nicht zu warm schlafen
- nicht zu lange warm baden
- nach dem Baden – vor allem nach dem Schwimmbad – von Kopf bis Fuß mit einer Basispflege eincremen
- im Winter nicht zu stark heizen und öfters stoßlüften.
- mit Luftbefeuchtern eher vorsichtig sein, sonst züchtet man sich in feuchtem, warmem Klima Milben
- auf tägliches Schminken verzichten oder
- bei Allergien milbendichte Bezüge von Matratzen verwenden (gibt es auf Rezept bei der Krankenkasse)

Dieses Manuskript wird ohne Endkorrektur versandt und darf nur zum privaten Gebrauch verwendet werden. Jede andere Verwendung oder Veröffentlichung ist nur in Absprache mit dem Bayerischen Rundfunk möglich!

© Bayerischer Rundfunk 2020

Bayern 2-Hörerservice

Bayerischer Rundfunk, 80300 München; Service-Nr.: 0800 / 5900 222 Fax: 089/5900-46258

[service@bayern2.de](mailto:service@bayern2.de); [www.bayern2.de](http://www.bayern2.de)

Wenn einmal ein ganz heftiger Schub kommt, hilft es, möglichst Stress reduzieren, nett zu sich selbst sein und sich nicht dafür verurteilen, dass man möglicherweise das Kratzen nicht lassen kann. Wickel mit im Kühlschrank gekühlter, fingerdicker Basiscreme an den besonders schlimmen Stellen lassen den Schub schneller abebben.

## **Schuppenflechte - Psoriasis**

### **Experte:**

**Prof. Dr. Med. Kilian Eyerich, PH.D.** Leiter des Kompetenzzentrums entzündliche Hauterkrankungen, Oberarzt der stationären Behandlungseinheit Q2A und der Autoimmunsprechstunde, Leitung des Routine-Labors, Leitender Oberarzt für den Bereich Forschung, am Klinikum der Technischen Universität in München

Autor: Johannes von Creytz

Bei etwas über 100 Millionen Menschen auf der Welt regeneriert sich die Haut schneller als bei anderen. Dauert es normalerweise rund 28 Tage bis sich Hautzellen erneuern, geht es an manchen Stellen der Haut von rund 2,5 Prozent der Menschen in sieben Tagen oder sogar noch schneller. Prominente Beispiele sind das Topmodel Kim Kardashian, Popsängerin Britney Spears oder Schauspieler Sky Dumont. Schnelle Hauterneuerung ist allerdings kein Geheimnis von Schönheit oder Erfolg, sondern eher im Gegenteil Symptom der Krankheit Psoriasis vulgaris, auch Schuppenflechte genannt.

*Dem Text liegt ein Interview mit Prof. Dr. Med. Kilian Eyerich, PH.D. Leiter des Kompetenzzentrums entzündliche Hauterkrankungen, Oberarzt der stationären Behandlungseinheit Q2A und der Autoimmunsprechstunde, Leitung des Routine-Labors, Leitender Oberarzt für den Bereich Forschung am Klinikum der Technischen Universität in München, zugrunde.*

## Schuppenflechte – Warum wächst die Haut plötzlich schneller?

Wundheilung ohne Wunde könnte man die krankhaften Prozesse bei der Schuppenflechte nennen.

Obwohl es keine Verletzung gibt, schickt das Immunsystem Zellen in tiefere Hautschichten, die einen überschießenden Wundheilungsprozess in Gang setzen.

Die Reize, die diesen Prozess auslösen, sind noch nicht bekannt. In hoher Geschwindigkeit werden dabei neue Hautzellen gebildet um die vermeintliche Wunde zu verschließen. Darüber hinaus laufen noch eine ganze Reihe weiterer Heilungsprozesse ab, die aber mangels eines Kratzers, Schnitts oder einer Quetschung gesundes Gewebe befallen und schädigen. Entzündungsprozesse richten sich, anstatt gegen Bakterien und Fremdkörper in der scheinbaren Wunde, gegen körpereigenes Gewebe. Weil die neuen Zellen bei einer Wundheilung schneller wachsen, als normale Zellen in den oberen Hautschichten zerfallen, entsteht an den betroffenen Stellen eine Verdickung, aus der sich dann im Laufe der Zeit Schuppen bilden.

### **Verschiedene Formen der Psoriasis:**

#### **Psoriasis vulgaris:**

Die häufigste Form der Psoriasis, mit schuppigen Hautveränderungen an der Kopfhaut, den Ellenbogen und Knien, sowie dem Bauchnabel. Allesamt Stellen, an denen die Haut besonders durch Bewegung oder Kontakt beansprucht wird.

*"Wir haben in den letzten Jahren Erkenntnisse gewonnen, was da tatsächlich auf molekularer Ebene in der Haut passiert und können sagen, das ist ein Spektrum einer Erkrankung, die sich aber unterschiedlich äußern kann." Prof. Dr. Med. Kilian Eyerich*

#### **Psoriasis guttata:**

Eine meist im Kindesalter auftretende Variante, bei der kleinere Flecken innerhalb von Tagen am ganzen Körper auftauchen. Meistens wird sie ausgelöst von bakteriellen Halsinfekten durch Streptokokken. Eine Verwechslung mit Virusinfektionen ist möglich. Patienten mit Psoriasis guttata haben aber eine gute Prognose, weil die Krankheit meistens wieder verschwindet und nicht chronisch wird.

#### **Psoriasis inversa:**

Eine Form der Psoriasis, bei der die Hautveränderungen an untypischen Stellen wie den Achseln und in der Leiste auftreten.

Mögliche Auslöser sind nicht bekannt.



**Psoriasis palmoplantaris:**

Hier sind die Hautveränderungen auf die Handflächen und Fußsohlen beschränkt. Auslöser sind nicht bekannt, nur, dass diese Form der Psoriasis ausschließlich an Stellen auftritt, an denen die Haut nicht behaart ist und viele Schweißdrüsen enthält.

**Erythrodermie:**

Die schwerste Variante der Psoriasis – hier ist praktisch der gesamte Körper betroffen. Dieses schwere Krankheitsbild sollte schnell und mit einzunehmenden Medikamenten behandelt werden. Am besten in einer stationären Behandlungseinheit.

**Psoriasis Arthritis:**

Hier "wandert" die Psoriasis von der Haut im Bereich, wo sich Fuß- oder Fingernägel bilden, über die Sehne bis in die Gelenke. Es entstehen schmerzhafte, dem Rheuma ähnliche Schwellungen der Gelenke. Meistens konzentrieren sich die Symptome auf die Hände, es können aber auch die großen Gelenke betroffen sein. Wird die Krankheit nicht ausreichend behandelt, kann die Psoriasis Arthritis auch zur Zerstörung der Gelenke führen. Wenn möglich, ist eine fächerübergreifende Behandlung durch Hautarzt und Rheumatologen empfehlenswert.

**Nagelpsoriasis:**

Die Nägel sind bei etwa 25 Prozent der Patienten mit Psoriasis mitbetroffen, weil im Bereich der Nagelbildung Entzündungen auftreten. Dies führt zu kleinen "Dellen" im Nagel, zu bräunlich-schimmernder Nagelverfärbung oder zu dicken Hautschuppen unter dem Nagel. Die Finger- oder Zehennägel sind an den Stellen weniger belastbar. Da bei der Nagelpsoriasis ein hohes Risiko für die Entwicklung einer Psoriasis Arthritis besteht, sollte man genau auf die Nägel achten.

**Psoriasis am Auge:**

Es war lange nicht bekannt, dass auch das Auge von den entzündlichen Veränderungen der Psoriasis betroffen sein kann. Augenärzte fragen normalerweise nicht nach Hautveränderungen und Hautärzte für gewöhnlich nicht nach einer Sehschwäche. Tatsächlich leiden aber bis zu 20 Prozent der Patienten unter Lichtempfindlichkeit und Schmerzen am Auge. Patienten sollten auf jeden Fall regelmäßig die Augen untersuchen lassen.

**Pustulöse Psoriasis:**

Diese Form der Psoriasis hat ein anderes Erscheinungsbild als die klassische Psoriasis mit Schuppenbildung. Sie tritt in Form kleiner Pusteln, sogenannten "Eiterstippchen", auf. Diese sind Folge des Entzündungsprozesses gegen

körpereigene Zellen und enthalten deshalb weder Bakterien noch Pilze. Die Form betrifft häufig Handflächen und Fußsohlen, kann aber auch als schweres, früher sogar lebensbedrohliches, Krankheitsbild am ganzen Körper auftreten.

### **Psoriasis (Schuppenflechte) – nicht nur eine Hautkrankheit**

Psoriasis ist nicht ausschließlich eine Hautkrankheit. Die psychischen Folgen sind oft wesentlich schlimmer für die Betroffenen. Außerdem geht die Wissenschaft davon aus, dass es einen Zusammenhang mit einer Reihe von Stoffwechselerkrankungen gibt.

Die Schuppenflechte kann Folge einer Autoimmunreaktion im ganzen Körper sein. Die Entzündungsreaktion gegen körpereigene Zellen kann auch Gelenke, Knochen und Sehnen befallen (Psoriasis Arthritis). Damit gehört sie zum Kreis der rheumatischen Erkrankungen. Des Weiteren können Augen und Fingernägel von der Krankheit betroffen sein.

Forschungen der letzten Jahre legen außerdem den Verdacht nahe, dass die Psoriasis auch die Funktion innerer Organe beeinflusst. Psoriasis-Patienten zeigen überdurchschnittlich oft Anzeichen von Bluthochdruck, erhöhtem Blutzucker oder Fettstoffwechselstörungen. Damit tragen sie ein erhöhtes Risiko für Herz- und Kreislauferkrankungen.

### **"Guck mal, der schimmelt" – Psychische Belastung ist größer als physische**

Betroffene Stellen fühlen sich für die Patienten meistens weniger schlimm an, als es aussieht. Patienten verspüren häufig nur ein leichtes Jucken oder erträgliche Schmerzen. Viel schlimmer ist für die Betroffenen die psychische Belastung, etwa durch böartige Sprüche wie, "der schimmelt", oder durch Ausgrenzung und Ablehnung in ihrem sozialen Umfeld.

*"Kaum ein Patient kennt es nicht, dass er von seinem Umfeld diskriminiert wird. Das heißt, das Umfeld hält sich zurück, man fühlt sich ausgegrenzt, man wird des Schwimmbades verwiesen oder wenn man in der U-Bahn fährt, wird man komisch angeguckt." Prof. Dr. Med. Kilian Eyerich*

### **Nicht ansteckend – Schuppenflechte kann viele Ursachen haben**

Die genauen Ursachen für die Schuppenflechte sind noch unbekannt. Sicher ist aber, dass die Krankheit in keinem Fall ansteckend ist.

Die Wissenschaft geht davon aus, dass mehrere Faktoren zusammenkommen müssen, um eine Psoriasis in Gang zu setzen.

*"Die Schuppenflechte ist absolut nicht ansteckend, weder die Krankheit als solche, noch der Kontakt mit der Haut." Prof. Dr. Med. Kilian Eyerich*

Das Zusammenspiel aus Immunsystem, Umwelt und Genetik, das nötig ist, ist aber noch nicht verstanden. So gibt es z.B. ein genetisches Muster, das zwar die meisten Patienten aufweisen. Bei einigen wenigen Patienten, liegt dieses Muster aber nicht vor.

Die Krankheit kann außerdem in jedem Lebensalter ausbrechen und Männer sind gleichermaßen wie Frauen betroffen. Zumindest konnten Forscher, unter anderem auch von der Ludwig-Maximilians-Universität München, in den letzten Jahren Mechanismen der Krankheit entschlüsseln. Sie fanden heraus, dass es Zellen der Haut - zum Beispiel Pigment bildende Zellen - sind, die vom Immunsystem als potentiell gefährlich angesehen und angegriffen werden.

### **Auslösende Faktoren von Psoriasis**

Als Auslöser dieser Reaktion werden neben genetischer Veranlagung auch folgende Reize verdächtigt:

- Psychischer Stress
- Verletzungen der Haut
- Infekte, wie etwa Streptokokken-Infektionen z.B. Mandelentzündungen
- Hormonschwankungen während der Pubertät, der Schwangerschaft oder den Wechseljahren
- Medikamente
- Übergewicht
- übermäßiger Alkoholkonsum
- Außerdem leiden ungefähr zwei Drittel aller Psoriasis-Patienten an mindestens einer Begleiterkrankung wie Adipositas, Bluthochdruck, Gefäßverkalkungen, Diabetes oder Depression.

### **Therapie von Psoriasis – so unterschiedlich wie die Erscheinungsformen**

Für den Hautarzt ist die Schuppenflechte zwar meistens gut zu erkennen, dennoch erhält wohl nur ein ganz geringer Teil der Patienten (ca. zehn Prozent) tatsächlich die Therapie, die sie benötigen würden. Manche Patienten haben einen langen Leidensweg hinter sich.

Die Gründe dafür sind vielfältig – viele Patienten schämen sich oder haben schlechte Erfahrungen gemacht, etwa, wenn ihnen unhygienische Verhältnisse unterstellt wurden. Arztbesuche werden häufig vermieden oder dabei die Krankheit verschwiegen. Dabei lohnt es sich, denn mit den heutigen Therapien können Ärzte die Krankheit meistens kontrollieren oder sogar fast vollständig

unterdrücken. An der Technischen Universität München wird außerdem gerade an neuartigen Verfahren gearbeitet, mit denen die Psoriasis auf molekularer Basis noch besser diagnostiziert werden kann.

*"Schuppenflechte hat immer noch den Nimbus, dass es ja 'nur' eine hässliche Hauterkrankung ist, dass man vielleicht sogar selbst schuld daran ist, und dass man sich aber eigentlich nicht so anstellen soll, weil man ja eigentlich gar nicht wirklich krank ist." Prof. Dr. Med. Kilian Eyerich*

## Therapien

Die Psoriasis ist nicht heilbar. Patienten dürfen aber trotzdem hoffen. Manchmal verschwindet die Krankheit von alleine oder Symptome bleiben über Jahre aus. Wenn nicht, kann den meisten Patienten mit der richtigen Kombination von Maßnahmen ein weitgehend normales Leben ermöglicht werden.

*"Es gibt eine Vielzahl an Therapiemöglichkeiten. Bis zu 80 Prozent der Patienten sind eher leicht von der Schuppenflechte betroffen. Da reicht eine es, wenn man eine Therapie von außen anwendet. Nur die 20 Prozent die schwer betroffen sind brauchen auch innerliche Therapien." Prof. Dr. Med. Kilian Eyerich*

**Medikamentöse Therapien:** Nur etwa jeder fünfte Psoriasis-Patient benötigt eine innerliche Therapie durch Medikamente. Der größte Teil der Patienten kommt mit einer Kombination aus äußerlicher Anwendung z.B. durch Cremes und mit einem gesunden Lebensstil gut zurecht.

**Biologika:** Sogenannte Biologika können medikamentös entzündungsfördernde Botenstoffe des Immunsystems unterdrücken. Das Immunprogramm, das während Krankheitsprozesses abläuft, kann so gestoppt werden. Die sehr zielgerichteten Wirkstoffe werden im Reagenzglas in Zell-Linien produziert und gelten momentan als die effektivste innerliche Anwendung bei der Schuppenflechte. Die neueste Generation dieser Biologika kann bei etwa 90 Prozent der Patienten die Psoriasis fast vollständig unterdrücken und zugleich das Immunsystem trotzdem funktionsfähig halten. Leider sind diese Therapien noch sehr teuer und nur für schwer betroffene Patienten wirklich sinnvoll.

**Physikalische Therapie:** Es gibt einen klaren Zusammenhang mit körperlicher Aktivität und – bei schwer übergewichtigen Patienten – mit Abnehmen und der entzündlichen Aktivität der Psoriasis. Ein gesunder Lebensstil wirkt sich somit auch positiv auf die Psoriasis aus.

Unterstützend zu anderen Heilmethoden gibt es außerdem Bäder, in denen Fische Schuppen von der Haut knabbern, Salzbäder, sowie Lichttherapien, in denen durch Lampen mit einer bestimmten Wellenlänge des Lichts, Immunreaktionen gebremst werden können.

**Psychotherapie:** Stress kann die Psoriasis verschlechtern. Das Erlernen von Strategien zur Stressvermeidung sowie zu Entspannungsmethoden kann einen großen Beitrag zur Linderung oder Vermeidung von Symptomen leisten. Außerdem haben Wissenschaftler an der Technischen Universität München kürzlich in einer Studie bewiesen, dass auch Suchtverhalten wie Alkoholmissbrauch, Spielsucht, Rauchen und Ähnliches bei Psoriasis-Patienten deutlich erhöht ist. Die Frage, ob die Erkrankung eine Folge der Sucht ist oder umgekehrt, lässt sich nicht eindeutig beantworten. Ein Ausbrechen aus diesem Teufelskreis hat aber mit großer Wahrscheinlichkeit eine positive Wirkung auf die Psoriasis.

*"Die Psyche spielt manchmal eine große Rolle. Dann hilft die beste Spritze nicht, wenn der Patient nicht bereit ist, sein Leben zu verändern." Prof. Dr. Med. Kilian Eyerich*

**Skepsis bei Wundermitteln:** Unheilbare Krankheiten bieten immer auch einen großen Markt für unseriöse Geschäftemacher. Alternative Therapien können bei der Psoriasis individuell zur Besserung beitragen. Bei allem Leidensdruck sollten Heilversprechen aber immer mit gesundem Menschenverstand betrachtet werden. Besonders für Mittel aus dem Internet gilt: Therapien, die durchweg euphorische Bewertungen haben, sollten immer auch mit dem behandelnden Arzt besprochen werden, bevor man viel Geld ausgibt.

#### **Schuppenflechte und Ernährung:**

Es gibt keinen Hinweis darauf, dass Ernährung und Psoriasis zusammenhängen. Bei übergewichtigen Patienten ist es allerdings so, dass Abnehmen sich deutlich positiv auf die Psoriasis auswirkt.

#### **Doch geheilt? Wenn die Schuppenflechte plötzlich verschwindet.**

Nach allem was bekannt ist, ist die Psoriasis grundsätzlich eine chronische Krankheit. Meistens besteht sie lebenslang. Es gibt aber Ausnahmen, also Patienten, die über viele Jahre keine Probleme mehr haben oder bei denen die Psoriasis nie wieder zurückkommt. Dies passiert möglicherweise häufiger, wenn die Patienten vorher eine sehr wirksame Therapie erhalten haben. Das ist im Moment Gegenstand intensiver Forschung.

*"Die Frage, warum die Schuppenflechte manchmal einfach verschwindet, ist Bestandteil eines großen Forschungsfeldes. Bisher gibt es aber noch keinen großen Durchbruch." Prof. Dr. Med. Kilian Eyerich*

## **Transition und Pubertät – Wenn Psoriasis erwachsen wird**

Partys, Rauchen, Alkohol- oder Drogenkonsum - auch Jugendliche mit einer Psoriasis wollen oft einfach dazugehören. Wissen über die eigene Krankheit und die Übernahme von Verantwortung für sich selbst, gehören deshalb zur wirksamen Behandlung.

### **Transitionsprogramme**

Weil die Psoriasis gerade bei Jugendlichen zur Ausgrenzung führt, ist eine wirksame Therapie für sie und ihre Zukunft besonders wichtig. In speziellen Transitionsprogrammen mit Jugend-Camps oder speziellen Übergangssprechstunden, wie im iSPZ am Dr. von Haunerschen Kinderspital der LMU in München, können Jugendliche mit chronischen Krankheiten früh im selbstständigen Umgang mit ihrer Krankheit geschult werden. Auch Eltern finden dort Beratung, wie und wann sie die Kinder mit ihrer Krankheit loslassen und eine neue Rolle akzeptieren können und müssen.

Wichtig für eine erfolgreiche Transition ist außerdem, dass Kinderarzt, Hautarzt und zukünftiger Hautarzt eng vernetzt werden und während einer Übergangszeit gemeinsam behandeln.

## **Hautallergien – Gefahr für die Haut**

**Experte: Prof. Dr. med. Ulf Darsow**, Leitender Oberarzt, Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie der Technischen Universität München

Eine Allergie ist eine überschießende Abwehrreaktion des menschlichen Immunsystems auf bestimmte und normalerweise harmlose Umweltstoffe. Sie äußert sich in typischen, oft mit entzündlichen Prozessen einhergehenden Symptomen. Wenn Substanzen auf der Haut krankhafte Reaktionen auslösen, spricht man von einer "Hautallergie". Reinigungsmittel, Kosmetika, Pollen und Arzneien können bei vielen Menschen allergische Reaktionen auslösen. Diese können zur dauerhaften Schädigung der Haut führen.

### **Kontaktallergie**

Die Kontaktallergie entsteht in zwei Phasen: einer klinisch stummen Sensibilisierungsphase folgt eine Auslösephase, die mit Hauterscheinungen einhergeht. Bei einer Kontaktallergie reagiert die Haut überempfindlich auf die



direkte Berührung mit bestimmten Stoffen, die im täglichen Leben oft vorkommen, wie z.B.

- Konservierungsmittel,
- Textilien,
- Deodorants,
- Haarfärbemittel,
- Modeschmuck oder auch das Uhrarmband.

Die Kontaktallergie ist fast schon eine Volkskrankheit mit ähnlicher Häufigkeit wie etwa Diabetes mellitus. Ein allergisches Kontaktekzem tritt in allen Altersgruppen auf.

*"Wir haben zunehmend ältere Patienten, die zum ersten Mal in ihrem Leben unter einer Allergie leiden. Das sehen wir als sogenannte allergische Spätmanifestation immer häufiger. Die Gründe dafür sind bisher unbekannt."*  
*Prof. Dr. Ulf Darsow*

### **Symptome der Kontaktallergie: Ekzemreaktion**

Das Erscheinungsbild des allergischen Kontaktekzems entspricht einer klassischen Ekzemreaktion. Die wesentlichen Merkmale eines Ekzems sind die

- Rötung,
- Schwellung,
- Bläschenbildung
- oder die Schuppung.
- Dazu kommt Juckreiz.

Die Reaktion auf der Haut zeigt sich nicht sofort, sondern erst zwei bis drei Tage nach dem Kontakt mit dem Allergieauslöser. Deswegen wird sie auch Spättyp-Allergie genannt.

*"Bei starken Kontaktallergien, die z.B. Haarfärbemittel auslösen können, kommt es zu großer Blasenbildung am Kontaktort mit heftigem Juckreiz. Das Ausmaß der Hautveränderungen und Beschwerden hängt in hohem Maß von Art und Dauer des Kontaktes mit dem Auslöser ab."* Prof. Dr. Ulf Darsow

### **Stoffe, die eine Allergie auslösen können**

#### **Nickel – noch immer häufigster Hautfeind**

Nickel ist in der Umwelt weit verbreitet und wird in großem Umfang industriell verarbeitet. Es kommt in vielen Gegenständen des täglichen Gebrauchs vor. Bei einer Nickelallergie reicht schon eine geringe Menge, um eine Ekzemreaktion der Haut auszulösen. Zwar steht Nickel weiterhin auf Platz eins

der allergieauslösenden Stoffe, befindet sich aber auf dem Rückzug, denn eine Verordnung der Europäischen Union aus dem Jahre 1994 verpflichtet die Produzenten, Gegenstände, die direkt mit der Haut in Berührung kommen, so herzustellen, dass sie nur wenig Nickel freisetzen.

### **Kosmetika**

Jeder Kosmetikinhaltsstoff kann eine Allergie oder Unverträglichkeit auslösen. Bei Kosmetikallergien sind meist Duft- oder Konservierungsstoffe die Verursacher. Ob ein Konservierungsstoff oder ein Duftstoff eine Allergie auslöst, hängt von verschiedenen Faktoren ab, wie der allergenen Potenz der eingesetzten Stoffe, aber auch von der individuellen Allergiebereitschaft des Anwenders. Besonders häufig können Substanzen Allergien auslösen, die in Lippenstiften und Rasierwässern, Hand- und Fußpflegecremes, Seifen und Shampoos, Badezusätzen und After-Sun-Präparaten enthalten sind. Auch die Naturkosmetik verwendet Pflanzenauszüge, die für empfindliche Verbraucher irritierende Stoffe sein können, sodass auch hier Unverträglichkeitsreaktionen und Allergien möglich sind.

### **Kleidung**

Textilbedingte Kontaktallergien sind generell vergleichsweise selten. Dies gilt allerdings nicht bei dem Einsatz von Textilhilfs- und Färbemitteln. Das größte allergene Potenzial besitzen die eingesetzten Farbstoffe, insbesondere bestimmte Dispersionsfarbstoffe im Zusammenhang mit hauteng getragenen Kleidungsstücken aus Chemiefasern. Diese Farben sind bei Kunstfasern nicht fest mit der Faser verbunden, sondern liegen nur auf ihrer Oberfläche und können sich lösen – mit den entsprechenden Folgen.

### **Arten der Hautallergien - Neurodermitis und Nesselsucht**

Neurodermitis ist in den Industrieländern eine verbreitete Krankheit und wird immer häufiger beobachtet. Und auch die Nesselsucht gehört zu den Hautallergien. Für beide gibt es eine Vielzahl an Auslösern.

Die Neurodermitis wird in der Medizin atopisches Ekzem genannt. Als mögliche Ursachen der Neurodermitis gelten Allergien, veränderte Lebensumstände und sogar die verbesserte Hygiene.

Bei dem atopischen Ekzem handelt es sich um eine chronische oder chronisch-wiederkehrende Hautentzündung, die mit starkem Juckreiz verbunden ist und in Schüben verläuft. Die Krankheit geht oft mit Heuschnupfen oder Asthma einher.

*"Es gibt allergische Erkrankungen, die nicht immer als Hauptursache, aber als Nebenursache zu wichtigen oder häufigen Hauterkrankungen beitragen können. An erster Stelle ist das atopische Ekzem zu nennen, bei dem wir manchmal allergische Faktoren als Auslöser identifizieren können." Prof. Dr. Ulf Darsow*

### **Symptome der Neurodermitis**

Allgemein gilt für die Symptome der Neurodermitis, dass ihre **Stärke nichts über den Grad der Beeinträchtigung durch die Hauterkrankung aussagt**: auch leicht ausgeprägte Anzeichen können mit starken Beeinträchtigungen einhergehen. Das Erscheinungsbild der Neurodermitis ähnelt im akuten Stadium denen einer Kontaktallergie: nässende Hautareale, Rötung und Schuppen. Oft sind diese Hautareale die Kniekehle und die Ellenbeugen. Die Haut bleibt meist auch dann sehr trocken und schuppig, wenn die Symptome nicht akut sind.

### **Auslöser von Neurodermitis**

Die Ursachen für Neurodermitis sind bis heute nicht eindeutig geklärt. Allerdings scheinen sowohl eine gewisse genetische Prädisposition als auch spezielle Auslösefaktoren für das Auftreten eine Rolle zu spielen. Faktoren, die den Ausbruch der Erkrankung fördern bzw. einen Krankheitsschub begünstigen können, werden als sogenannte Provokationsfaktoren bezeichnet. Dazu gehören - individuell unterschiedlich - bestimmte Nahrungsmittel, Blütenpollen, Tierhaare, Nikotin, Kosmetika und Stress.

### **Nesselsucht - Allergische Urtikaria**

Die Nesselsucht – auch Nesselfieber genannt – gehört neben Neurodermitis und Schuppenflechte zu den am weitesten verbreiteten Hautkrankheiten in Europa.

### **Definition Nesselsucht**

Die Nesselsucht ist eine „fehlerhafte Histaminreaktion“. Histamin wird durch eine falsche Reaktion des Immunsystems auf einen eigentlich ungefährlichen Auslöser in großen Mengen freigesetzt. Dadurch wird im Körper die Durchlässigkeit der Blutgefäße der Haut erhöht, und es kommt zu Wassereinlagerungen – den Quaddeln.

### **Symptome der Nesselsucht**

Typisches Symptom der Nesselsucht ist ein roter Hautausschlag, der meist stark juckt. Besonders typisch für die Nesselsucht ist das Wandern der Ausschläge: Sie verschwinden an einer Stelle und treten an einer anderen wieder auf. Schon Minuten nach dem Kontakt mit dem auslösenden Stoff entstehen juckende, rote Schwellungen, sogenannte Quaddeln. Aber anders

als bei der Kontaktallergie oder der Neurodermitis reißt die Haut nicht auf. Die Quaddeln können sich über den ganzen Körper ausbreiten. Nach einer Zeit bilden sie sich meistens wieder zurück.

### **Auslöser der Nesselsucht**

Sowohl Nahrungsmittel als auch Medikamente, Tierhaare, Pflanzen, Pollen oder Insektenstiche können Nesselsucht auslösen. Aber auch Wärme, Kälte und Druck können die Ursache sein. In vielen Fällen wird keine (allergische) Ursache gefunden.

### **Gefährlich: Wenn Tabletten eine Allergie auslösen**

Besonders gefährliche Wirkungen können sich bei Arzneimittelallergien einstellen, und deswegen muss eine Medikamentenallergie frühzeitig diagnostiziert werden.

*"Die Medikamentenallergie kann das ganze Spektrum der allergischen Reaktion der Haut umfassen. Manche zeigen sich mit Juckreiz und Quaddeln, es kann aber auch zum allergischen Schock kommen als Maximalvariante, die auch andere Organsysteme erfasst. Etwas häufiger sind jedoch die Ausschläge mit Papeln, die in flächige Rötungen und vielleicht sogar in Blasenbildung übergehen: In diesen Fällen kann es bis zur Ablösung der Haut – also zu einem Verbrennungsähnlichen Bild – kommen, das dann lebensbedrohlich ist." Prof. Dr. Ulf Darsow*

### **Erblich belastet? Zusammenspiel von Genen und Psyche**

Es ist bekannt, dass es eine erbliche Veranlagung gibt, eine Hautallergie zu entwickeln. Aber vererbt wird immer nur die Veranlagung zu einer allergischen Erkrankung, nicht die spezifische Allergie.

Ob und wann welche Erkrankung ausbricht, ist von weiteren Faktoren abhängig:

- Umwelteinflüssen
- Gesundheitszustand
- Umfeld

### **Warum entsteht eine Allergie?**

Es gibt kein einzelnes "Allergie-Gen". Damit der Mensch allergisch reagiert, müssen mehrere genetische Faktoren zusammenkommen. Gleichzeitig muss aber auch eine entsprechende Anfälligkeit der Haut oder Nasenschleimhaut oder der Schleimhäute in den kleinen Atemwegen der Lunge vererbt werden.

*"Man kennt mittlerweile etwa 150 Gen-Varianten, die die Bereitschaft für eine bestimmte allergische Reaktion erhöhen. Hat ein Mensch eine genetisch bedingte Allergieanfälligkeit, so entscheiden Umweltfaktoren über das weitere Krankheitsschicksal. Aber auch hier greifen die einzelnen Faktoren so kompliziert ineinander, dass die Forscher die Einzelheiten noch nicht aufklären konnten." Prof. Dr. Ulf Darsow*

### **Psychische Gründe**

Die Haut kann man auch als Überdruckventil der Seele bezeichnen. Nervliche und hormonelle Faktoren haben auf verschiedenen Ebenen auf die allergischen Entzündungen Einfluss.

### **Forschung**

Die Psychoneuroimmunologie ist ein aktuelles Forschungsgebiet, das auch den Zusammenhang von Allergie und Psyche untersucht. Neuere Untersuchungen zeigen, dass vor allem bei Neurodermitis und Nesselsucht psychische Prozesse auf den Krankheitsverlauf einwirken. Studien haben belegt, dass typische allergische Beschwerden wie Hautrötungen, Atemnot oder Schleimhautschwellungen durch emotional belastenden Stress befördert werden. Bei Neurodermitis kann negativer Stress Krankheitsschübe auslösen und die Erkrankung teilweise erheblich verschlimmern.

### **Tipp: Die Psyche entlasten**

Entspannung kann helfen, Allergiesymptome zu lindern.

*"Hier wird sehr viel geforscht. Die Sache ist nicht einfach, weil zum Teil auch widerstreitende Effekte beobachtet werden. Stress in seiner unangenehmen Form hat einen negativen Einfluss auf bereits bestehende Allergien. Ob die Entstehung von neuen Allergien dadurch begünstigt werden kann, ist bisher umstritten, aber es gibt Forschungsarbeiten, die sich mit der Rolle von verschiedenen psychischen Stressoren auf die Allergie beschäftigen." Prof. Dr. Ulf Darsow*

### **Allergieprävention - Kann man Allergien bei Kindern vorbeugen?**

Neben der Suche nach den Gründen für den Anstieg von Allergien beschäftigt sich die allergologische Forschung intensiv mit Maßnahmen, allen Formen der Hautallergie vorzubeugen.

Zur Vorbeugung gehören natürlich Faktoren wie gesunde Ernährung und eine möglichst natürliche Umgebung.

### **Vorbeugen durch Ernährung**

Die entscheidende Phase der Allergieprävention beginnt spätestens nach der Geburt. Im ersten Lebensjahr ist der Magen-Darm-Trakt die Haupteintrittspforte für Fremdstoffe, an die der Körper sich gewöhnen muss. Aus diesem Grund liegt ein Schwerpunkt bei der Vorbeugung von Allergien auf der Ernährung des Säuglings. Hier gibt es in den letzten Jahren viel Umdenken. Die individuelle Ernährung am besten mit dem Kinderarzt besprechen, denn die genetische Vorbelastung ist bei jedem Kind anders: was für das eine Kind eine gesunde Ernährung ist, ist für das andere eventuell risikobehaftet.

### **Wohnumfeld**

Neben der Ernährung beeinflussen Schadstoffe und Allergene aus der Luft das Allergierisiko. Deshalb sollte man Kindern unbedingt eine rauchfreie Umgebung ermöglichen. Weitere präventive Maßnahmen innerhalb der Wohnung richten sich vor allem gegen die Allergene von Hausstaubmilben, Haustieren, Pilz- und Schimmelsporen – vor allem, wenn schon eine entsprechende Allergie diagnostiziert wurde.

### **Tipp: Frühzeitige Allergiebehandlung**

Sollten die Präventionsmaßnahmen nicht ausreichen und sich Anzeichen einer Allergie zeigen, ist es wichtig, dass die Kinder frühzeitig einem Allergologen vorgestellt werden, der nach Bestätigung der Diagnose eine entsprechende Therapie einleiten wird. Je eher Kinder mit Allergien behandelt werden, desto besser sind die Heilungschancen.

### **Behandlung - Hoffnung auf Heilung**

Wichtig ist natürlich auf den Allergie-auslösenden Stoff zu verzichten, ihn zu meiden. Aber die Therapie beinhaltet noch mehr: Man muss die Zusammenhänge beleuchten und verstehen. Dabei können bestimmte Tests helfen.

Die Behandlung einer Allergie setzt sich in der Regel aus drei Bausteinen zusammen, die miteinander kombiniert werden: Auslöser meiden, Beschwerden lindern und Ursachen angehen.

Bei der Kontaktallergie ist man darauf angewiesen, die Allergene zu identifizieren, damit man sie konsequent meiden kann, um zukünftige Ausbrüche eines Ekzems an der Berührungsstelle mit dem Allergen zu verhindern.



## **Auslöser meiden – Ursachen angehen**

Mit Hilfe eines Anamnesefragebogens bekommt der Arzt die ersten Hinweise auf das Allergen. Die Fragen zielen

- auf die Lebensumstände,
- auf die verabreichten Medikamente,
- auf eventuelle Haustiere,
- auf die familiäre Vorbelastung und
- auf die Beschwerden.

Weitere Auskunft bieten verschiedene allergologische Hauttestungen und die Blutuntersuchung, um zu überprüfen, wogegen eine Allergie besteht und welche Substanzen zu vermeiden sind.

## **Tests, um die Ursache der Allergie zu finden**

### **Epikutantest**

Bei Kontaktallergien, etwa gegen Substanzen aus Kosmetika oder Schmuck, kommt der Epikutantest zum Einsatz. Dafür wird das verdünnte Allergen mit einem Pflaster aufgetragen und dringt in die Haut ein. Nach zwei bis drei Tagen überprüft der Arzt, ob und wie die Haut reagiert hat.

### **Pricktest**

Häufiger genutzt wird der sogenannte Pricktest. Er hilft bei Verdacht auf eine Soforttyp-Allergie (beispielsweise die Nesselsucht) weiter, auf die der Körper unmittelbar durch Abwehrsymptome reagiert. Dabei werden in zwei Reihen Testflüssigkeiten auf die angeritzte Haut aufgetragen. An der Einstichstelle zeigt eine Quaddel bereits nach 20 Minuten eine Reaktion des Körpers an. So kann festgestellt werden, ob eine Sensibilisierung auf Pollen, Hausstaub, Tierhaare, Nahrungsmittel oder Medikamente besteht. Viele Betroffene reagieren nicht nur auf einen einzelnen Stoff, sondern auf mehrere zugleich. Das erschwert die Ursachensuche.

### **Bluttest**

Die auch molekulare Diagnostik genannte Untersuchung zielt auf Antikörper vom Typ IgE, den das Immunsystem gegen vermeintlich gefährliche Stoffe produziert. Mit dem Bluttest kann der Arzt die Menge dieser spezifischen Antikörper auf bestimmte, bereits verdächtige Stoffe feststellen.

## **Beschwerden lindern**

Um die Beschwerden erträglicher werden zu lassen oder weitgehend zu beseitigen, werden Medikamente verschrieben:

- Antihistaminika unterdrücken zum Beispiel die allergische Reaktion, indem sie die Wirkung des Gewebehormons Histamin blockieren.
- Kortisonhaltige Präparate stoppen die Entzündungsreaktion im Körper.

Der Arzt muss die Medikamente jeweils individuell abstimmen und mögliche Überempfindlichkeiten gegenüber den Wirkstoffen sowie Nebenwirkungen berücksichtigen.

*"Unter Umständen können auch eine Psychotherapie oder alternative Heilverfahren wie Akupunktur die Allergie positiv beeinflussen. Die wenigsten alternativen Heilverfahren halten einer streng wissenschaftlichen Überprüfung stand. Manche Verfahren jedoch sind gut erprobt und können die schulmedizinische Behandlung ergänzen – wenn auch nicht ersetzen." Prof. Dr. Ulf Darsow*

### **Hoffnung auf Heilung?**

Die Therapie hängt von der Reaktionsform der Allergie ab. Bei Sofort-Typ Allergien gibt es neben der Allergenkenz, also dem Meiden der Auslöser, die allergenspezifische Immuntherapie. Diese kann bei einer Pollenallergie und Insektengiftallergie sehr erfolgreich sein.

### **Hyposensibilisierung**

Die Hyposensibilisierung beruht auf der Immuntherapie. Mit langsam ansteigenden Dosen des Allergens können die Patienten wieder tolerant gemacht werden.

*"Sehr gut gelingt es bei Insektengiftallergien. Nach einer solchen Behandlung, die drei bis fünf Jahre dauert, können die Patienten die Insektenstiche wieder vertragen." Prof. Dr. Ulf Darsow*

### **Cortison als Wundermittel?**

Sowohl bei Kontaktallergien als auch bei Sofort-Typ Allergien spielt Cortison eine große Rolle. Die neuen Cortisonsalben haben ein niedriges Nebenwirkungsrisiko. Es gibt aber auch cortisonfreie Salben zur Behandlung allergischer Hauterscheinungen. Bei Sofort-Typ Allergien kommen zusätzlich Antihistaminika zum Einsatz, die die allergischen Reaktionen sehr gut unterdrücken können.

*"Eine Langzeittherapie mit Cortison – ohne den Auslöser einer Allergie zu identifizieren – ist abzulehnen, nicht nur, weil es doch zu Nebenwirkungen kommen kann, sondern weil das Meiden des Allergens immer im Vordergrund stehen sollte." Prof. Dr. Ulf Darsow*