

# NEURODERMITIS

## **Was ist Neurodermitis?**

Neurodermitis ist eine Hauterkrankung.

Der Begriff Neurodermitis stammt aus dem 19. Jahrhundert. Damals ging man davon aus, dass die Ursache der Hauterkrankung eine Nervenentzündung ist. Später wurde diese Ansicht widerlegt, der Begriff ist weiterhin verbreitet.

Neurodermitis wird heute auch endogenes, atopisches Ekzem oder atopische Dermatitis genannt. Eine Atopie ist eine erbliche Überempfindlichkeit.

Hauptsymptome von Neurodermitis sind rote, schuppige und manchmal auch nässende Ekzeme auf der Haut. Weiteres tritt starker Juckreiz auf.

Das atopische Ekzem gilt als nicht heilbar, ist aber behandelbar.

Faktoren wie zum Beispiel Klimareize, Infekte, Pollenflug, Nahrungsmittel, Reizungen der Haut durch Kleidungsstücke aus Wolle und synthetische Fasern, alkalische Reinigungsmittel und psychischer Stress tragen zum Ausbrechen der Krankheit bei.

## **Behandlung**

Zur inneren Anwendung eignen sich besonders Tees mit Johanniskraut und Melisse sowie hoch ungesättigte Fettsäuren (Schwarzkümmel-, Borretschsamen-, Nachtkerzenöl).

Für die äußerliche Behandlung eignen sich Hautpflegeprodukte ohne Duft-, Farb-, und Konservierungsstoffe.

Wirkstoffe wie Schwarzkümmel-, Borretschsamen- und Nachtkerzenöl stärken die Widerstandskraft der Haut gegen äußere Einflüsse.

Auch Harnstoff ist ein guter Wirkstoff, der den Juckreiz stillt. Weiteres unterstützen Panthenol und natürliche Ceramide den Regenerationsprozess. Nicht zu vergessen sind die Salze aus dem Toten Meer, die sehr wichtige Mineralstoffe und Spurenelemente enthalten, welche Reizungen und Entzündungen vorbeugen.

## **Vorsicht!**

Nicht zu fette Hautpflegen verwenden, da diese die Beschwerden verstärken.

## **Tipps!**

Im Sommer intensive Sonnenbestrahlung und chlorhaltige Bäder meiden.

Bei Kinder darauf achten, dass Fingernägel geschnitten sind, damit man ein Aufkratzen vermeidet. Kleidungsstücke mit Baumwolle tragen, um dem Juckreiz vorzubeugen.

## **Ernährung**

Auch die Ernährung spielt bei an Neurodermitis Erkrankten eine bedeutende Rolle, denn bei 30 Prozent der Neurodermitiker kommt es durch eine Nahrungsmittelallergie zur Verschlechterung der Symptome.

Meist sind Grundnahrungsmittel wie Kuhmilch, Haselnüsse, Sojaprodukte, Fisch, Weizen, Hühnerei und Zitrusfrüchte der Auslöser.

Bei der Ernährung ist es wichtig, auf den Verzehr von zu vielen Nahrungsfetten zu verzichten, die in Fisch, Chips, etc. enthalten sind. Auch Zucker und Süßigkeiten sollten nur in geringen Maßen genossen werden. Wichtig sind frisches Obst und Gemüse.

### Pflegeprodukte

- **Avène Trixéra Creme, Balsam** und **Reinigungsbad** wirken auf die Wiederherstellung der Hautbarriere, lindern den Juckreiz mit Glycerin und dem enthaltenen Thermalwasser und beugen Entzündungen vor.
- **Dermasence Atop** oder **Atop plus Creme** bei sehr trockener Haut. Auf feuchter Haut aufgetragen bildet die Pflege einen Schutzfilm.  
Bei Juckreiz lindert die **Polaneth Lotion** das Missempfinden.  
Zum Duschen die ph-neutrale **Wasch- und Duschlotion**.