

# PATIENT & HAUT

DAS MAGAZIN FÜR KINDER UND ERWACHSENE MIT HAUTERKRANKUNGEN



Wie pflege ich  
meine **HAUT**  
im **WINTER?**

Hoffnung für  
Hautkrebspatienten

Frische Narben  
brauchen Ruhe

Ihr Exemplar  
zum  
Mitnehmen

# INHALT

Ausgabe 2/2016

## AUS KLINIK, WISSENSCHAFT & FORSCHUNG

- Immuntherapien werden immer spezifischer 4
- Hoffnung für Hautkrebspatienten 6
- Biologika und Biosimilars in der Psoriasis therapie 8



**6** Hoffnung für Hautkrebspatienten

## KIND & HAUT

- Hauterkrankungen bei Kindern 10
- Neurodermitis bei Kindern erkennen 12

## NEWTICKER

- Wenn reife Haut unter Pickeln und Mitessern leidet 14
- Schuppenflechte: Neue Details entschlüsselt 14

## LEBEN MIT HAUTERKRANKUNGEN

- Regelmäßiges Eincremen hilft gegen Handekzeme 16
- Wie pflege und schütze ich meine Haut im Winter? 17
- Hauterkrankungen im Überblick 18

## BEHANDLUNG VON HAUTERKRANKUNGEN

- Kältetherapie bei Hauterkrankungen 22
- FrISChe Narben brauchen Ruhe 23
- Warzen behandeln 25
- Baden wie am Toten Meer 26
- Therapieformen von Psoriasis pustulosa 27
- Therapie des seborrhoischen Ekzems 28

## SELBSTHILFE, TIPPS & TERMINE

- Vitiligo: Wenn weiße Flecken das Leben bestimmen 30
- Informationen im Internet: Gesundheitsratgeber zu Hautkrankheiten 32
- Weitere wichtige Adressen 32
- Bestellformular: *Patient & Haut* kostenfrei für Ihre Praxis/Klinik/SHG 33
- Glossar 34
- Patient & Haut* mitgestalten/Impressum/Wissenschaftlicher Beirat 35



**26** Baden wie am Toten Meer

Foto: Image Point Fr-Shutterstock.com



## Immuntherapien werden immer spezifischer Hoffnung für Neurodermitispatienten

**Auslöser für einen Neurodermitisschub sind vielfältig. Wenn ein Neurodermitispatient auch Allergien hat, sind verantwortliche Allergene wie z. B. Hausstaubmilben oder Pollen sehr häufige Auslöser. Prof. Dr. Claudia Traidl-Hoffmann, Technische Universität München, erklärt, welche Behandlung helfen kann.**

### **Wie entsteht Juckreiz bei Neurodermitis?**

Der Neurodermitis liegt eine Barriere Störung der Haut zugrunde. Wir sagen auch „die Haut ist nicht ganz dicht“. Und dies entspricht der Realität bei Neurodermitispatienten. Durch diesen Barriere defekt kommt es zur Durchlässigkeit der Haut; Triggerfaktoren oder auch schädliche Bakterien können in die Haut eindringen und die Entzündung in der Haut chronisch unterhalten. Ist die Haut trocken und entzündet, fängt sie an zu jucken.

### **Wie wird Neurodermitis i. d. R. behandelt?**

Das Wichtigste bei der ganzheitlichen Behandlung der Neurodermitis ist die Wiederherstellung der defekten Barriere der Haut. Deswegen stellt die Basistherapie den zentralen Brückenpfeiler dieser Ekzemerkrankung dar. Für die Praxis heißt das: cremen, cremen, cremen. Hier kommen Grundlagen zur Anwendung, die frei von Substanzen sind, die möglicherweise eine Allergie auslösen können. Deswegen sind auch sog. natürliche oder pflanzliche Pflegeprodukte nicht unbedingt immer gut. Auch diese oder gerade diese enthalten oft Kontaktallergene. Die sehr trockene Haut braucht eine fetthaltige Grundlage – hier findet der erfahrene Dermatologe für jeden Patienten die richtige Zusammensetzung. Im Schub der Neurodermitis sollte dann mit entzündungshemmenden Substanzen gearbeitet werden. Die Entzündung der Haut macht die Haut noch „undichter“. Um zu vermeiden, dass die Haut in dem Entzündungszustand noch empfänglicher wird, Triggerfaktoren oder Allergene durchzulassen, muss die Entzündung gestoppt werden.

Dies kann mit kortisonhaltigen Cremes passieren oder auch mit Calcineurininhibitoren. Wichtig ist auch, dass im akuten Schub der Neurodermitis die Grundlage der Hautpflege weniger fetthaltig und eher eine Lotion oder Creme ist; feuchte Umschläge sind sehr hilfreich und angenehm kühlend auf der Haut. Insgesamt ist die Therapie der Neurodermitis eher ein ganzheitliches Management einer Systemerkrankung als nur ein „Cremeschmieren“. Dazu gehören auch Maßnahmen zur Reduktion von Stress durch die Erkrankung und Werkzeuge für den Umgang bei einem Juckreizanfall, was sich wiederum positiv auf den Hautzustand auswirkt. Dies alles kann und sollte ein Patient in einer Patientenschulung lernen.

### **Welche Faktoren spielen bei der Behandlung noch eine Rolle?**

Von großer Bedeutung sind die Mikroben auf der Haut. Wir wissen heute, dass die Zusammensetzung der Mikroben bei Neurodermitikern anders ist. Insbesondere scheint das Mikrobiom – also alle auf der Haut befindlichen Keime – weniger arten- und speziesreich zu sein. Dieser Verlust an Diversität geht zugunsten eines Keimes, den wir schon lange als Übeltäter bei der Neurodermitis identifiziert haben – *Staphylococcus aureus*. Aktuelle aber auch zukünftige Therapien zielen darauf ab, das Mikrobiom zu beeinflussen und die „guten“ Bakterien zu fördern. Aktuell werden deswegen in viele Cremes antimikrobielle Substanzen (keine Antibiotika!) eingemischt. In der Zukunft sollte diese Therapie gezielt die guten Bakterien fördern – aber so weit sind wir noch nicht!



# Hauterkrankungen bei Kindern

**Säuglinge und Kleinkinder haben eine im Vergleich zu Erwachsenen empfindlichere Haut, schon weil sie wesentlich dünner ist als die Erwachsenenhaut. Krankheitserreger haben deshalb leichteres Spiel, in die Haut einzudringen. Sonnenstrahlen schädigen Kinderhaut schneller und zu häufiges Baden oder Waschen lässt die Haut rascher austrocknen. All diese Faktoren ziehen es nach sich, dass Hautprobleme bei Kindern häufiger auftreten als bei Erwachsenen.**

**D**och nicht jede Hautveränderung ist problematisch. So tritt bei Säuglingen z. B. auf der Kopfhaut in vielen Fällen das sog. seborrhoische Ekzem auf. Vor allem Erstlingseltern sind oft besorgt, dass es sich um den Vorläufer der Neurodermitis, Milchschorf, handeln könnte. Während Milchschorf jedoch oft Juckreiz hervorruft, ist das beim seborrhoischen Ekzem nicht der Fall. Es klingt i. d. R. innerhalb einiger Zeit von selbst ab. Das soll Eltern jedoch nicht davon abhalten, den Arzt aufzusuchen, wenn sie bei ihrem Kind eine Hautveränderung feststellen. Es ist sinnvoll, einmal zu oft zum Kinderarzt zu gehen, als eine Hauterkrankung erst dann diagnostizieren zu lassen, wenn sie schon weiter fortgeschritten ist. Denn wie bei allen Krankheiten gilt auch bei Erkrankungen der Haut: Es ist immer leichter, sie in einem frühen Stadium zu behandeln. Hinzukommt, dass eine frühzeitige Behandlung dem Kind Leiden ersparen kann.

## Rötungen, Pickel, Quaddeln

Bei vielen Kindern treten in den ersten Lebensjahren Rötungen von Hautregionen, Pickelchen oder auch Quaddeln auf. Was es damit auf sich hat, ist nicht immer auf den ersten Blick ersichtlich.

So können Pickel durch Substanzen hervorgerufen werden, mit denen das Kind in Kontakt gekommen ist und auf die es empfindlich reagiert. Eine solche Reaktion muss nicht zwangsläufig gleich eine Allergie sein, es kann sich auch um ein einmaliges Ereignis handeln. Im Windelbereich kann eine sog. Windeldermatitis entstehen, die sich durch häufigeres Wechseln der Windel, gute Hygiene, dem zeitweiligen Verzicht auf eine Windel und dem Kontakt der Haut mit Luft behandeln lässt, jedenfalls, wenn es noch zu keiner bakteriellen Infektion oder einer Besiedelung mit Pilzen gekommen ist.

Ggf. bilden sich im Kindesalter, etwa nach dem Verzehr bestimmter Nahrungsmittel oder der Einnahme bestimmter Medikamente, Quaddeln auf der Haut. In vielen Fällen handelt es sich dabei um die sog. Nesselsucht, medizinisch



Urtikaria genannt. Diese lässt sich i. d. R. leicht mit einem auch bei Allergien wirksamen Medikament, einem Antihistaminikum behandeln. Urtikaria ist in den wenigsten Fällen eine „richtige“ Allergie, bei der sich bestimmte Antikörper im Blut finden, sondern meistens eine Pseudoallergie, die i. d. R. schnell zurückgeht. Oft bleibt Urtikaria im Kindesalter ein einmaliges Erlebnis.

## Juckreiz, Ekzeme, Schuppen

Hautrötungen, vor allem auf Wangen, an Ellbeugen und in Kniekehlen, können Anzeichen für eine Neurodermitis sein, vor allem, wenn die Hautveränderungen mit Juckreiz einhergehen. Die Haut der Kinder an den betroffenen Stellen ist oft sehr trocken, vielfach kratzen die Kinder sie auf und versuchen so, den Juckreiz zu lindern. Als Folge entstehen u. U. nässende und infizierte Ekzeme.

Beim Verdacht auf eine Neurodermitis sollten Eltern mit ihrem Kind zum Arzt gehen, um mit einer den Hautveränderungen angepassten Behandlung den Juckreiz ▶

## Baden wie am Toten Meer

### Sole und UV-Licht versprechen Linderung bei Psoriasis

**Das Tote Meer bietet optimale Bedingungen für die Behandlung von Psoriasis. Nicht nur das salzhaltige Wasser, sondern auch das Sonnenlicht verschaffen vielen, die unter Schuppenflechte leiden, Linderung. Seit vielen Jahren schon werden Betroffene deshalb mit einer Balneophototherapie behandelt.**

„Es ist immer die Kombination aus Sole und UV-Licht, die Linderung bringt“, erklärt Dr. Markward Ständer, Bad Bentheim. Die Patienten baden zunächst in einer Starksole mit einem Salzgehalt von 26 % und werden anschließend i. d. R. mit UVB-Licht bestrahlt. „Die Sole setzt an der Haut wie ein Magnet an und zieht die Entzündung sozusagen aus dem Körper, die entzündlichen Stoffe werden eluiert“, erläutert Dr. Ständer. Grundsätzlich gilt dabei, je stärker die Sole, desto besser wird die Entzündung ausgespült. Die anschließende Bestrahlung mit UV-Licht wirkt entzündungshemmend und lindert dadurch die Symptome.

„Insgesamt dauert es vier bis sechs Wochen, bis diese Therapie wirkt“, erklärt der Mediziner. Dabei werden die Betroffenen i. d. R. sechsmal in der Woche gebadet und bestrahlt. Wie lange der Effekt anhält und eine damit einhergehende Besserung der Erkrankung eintritt, ist allerdings unterschiedlich. „Auf ein Rezidiv haben wir keinen Einfluss“, erläutert Dr. Ständer. „Die Psoriasis ist eine Erbkrankheit, die auf innere und äußere Reize reagiert und jederzeit ausbrechen kann“, betont er. Stress etwa könne ein auslösender Faktor sein.

Grundsätzlich ist die Therapie für alle Psoriasispatienten geeignet. Sie kann allerdings nicht angewendet werden, wenn die Betroffenen Hautverletzungen haben. „Dann müssen diese erst abheilen“, verdeutlicht Dr. Ständer. Auch wer unter schweren inneren Erkrankungen leidet, wie etwa einer Lungenerkrankung, könne nicht mit der Balneophototherapie behandelt werden.

Die Behandlung kann bei der Krankenkassen beantragt werden, die allerdings nur eine bestimmte Anzahl an Bädern übernimmt. Umgesetzt werden kann die Therapie im Rahmen einer Kur oder ambulant bei einem Dermatologen. ■



Foto: auremar-Shutterstock.com

In Deutschland gibt es ca. 75 Sole-Heilbäder, die über die nomenklatorische Mindestkonzentration von 1,4 % hinaus auch bis zur Sättigungsgrenze von ca. 26 % Soleanwendungen als Indikation für Psoriasispatienten ausgewiesen werden.

Dazu wurden entweder in der Tiefe salzhaltige Wasservorkommen mit einer vorgegebenen Konzentration erschlossen, oder es werden Salzstöcke durch Einleiten von Süßwasser ausgelaugt. Man kann beim Auslaugen das Einleiten von Süßwasser so steuern, dass man zu einer gesättigten Starksole zur Anwendung bei Psoriasispatienten kommt. ■

# Vitiligo: Wenn weiße Flecken das Leben bestimmen

## Camouflage kann helfen

**Vitiligo – eine Erkrankung, die keine Schmerzen verursacht und dennoch so viel Leid. Die Erzählungen von Betroffenen machen deutlich, dass viele von ihnen sich kaum in die Öffentlichkeit trauen, darunter leiden, dass ihre Mitmenschen ihnen Blicke zuwerfen, dass sie sich anderen gegenüber erklären müssen.**

„**M**an geht seelisch kaputt.“ – „Es nagt am Selbstbewusstsein.“ – „Es begleitet mich ständig“, berichten Menschen, auf deren Haut die weißen Flecken sichtbar sind. Viele von ihnen versuchen mithilfe von Kosmetik diese Flecken zu verdecken und gehen ungeschminkt gar nicht mehr aus dem Haus.

Georg Pliszewski, Vorsitzender des Deutschen Vitiligo-Bunds, kümmert sich gemeinsam mit anderen Ehrenamtlichen des Vereins seit zehn Jahren um Betroffene und deren Angehörige. Er selbst hat Vitiligo seit 40 Jahren und betont: „Es tut körperlich nicht weh, aber seelisch.“ Trotzdem ermuntert er Menschen, die den Weg zu einer Selbsthilfegruppe finden, in der Gesellschaft aktiv zu bleiben, sich nicht zurückzuziehen. „Es hilft, bewusst und offensiv mit der Erkrankung umzugehen, sich nicht zu verstecken und zu betonen: Die Erkrankung ist nicht ansteckend.“

### Pigmentbildende Zellen werden zerstört

Doch obwohl Georg Pliszewski offen mit seiner Vitiligo umgeht, bemerkt auch er immer wieder die zögernden und verwunderten Reaktionen seiner Mitmenschen, vor allem beim Erstkontakt. Er hat gelernt, damit umzugehen, weiß aber auch, dass es vielen Betroffenen anderes geht. Die weißen Flecken zeigen sich meist an Händen, Füßen, Beinen und im Gesicht, können aber auch jede andere Körperstelle betreffen. „Mittlerweile gehen die Mediziner davon aus, dass es sich um eine Autoimmunerkrankung handelt. Der Körper wehrt sich gegen die eigenen Zellen, in diesem Fall gegen die pigmentbildenden Zellen. Diese werden zerstört und es entstehen weiße Flecken“, erklärt er. Manche dieser Flecken breiten sich aus, manche verschwinden wieder. Auch entstehen sie bei jedem



Foto: Deutscher Vitiligo-Bund e. V.

Patienten in ganz unterschiedlicher Geschwindigkeit, treten manchmal innerhalb kürzester Zeit auf.

Die Behandlungsmöglichkeiten sind zahlreich und unterschiedlich. „Die beste nachgewiesene Behandlung, um die Vitiligo zu stoppen, ist eine UVB 311 Nanometer-Bestrahlung“, erklärt der Vorsitzende. Hier werden die betroffenen Hautareale für rund eine Minute mit einem speziellen UV-Licht bestrahlt. Die Krankheit selbst wird damit allerdings nicht ursächlich behandelt, sondern lediglich ihre Erscheinung. Mithilfe dieser Bestrahlung sollen die pigmentbildenden Zellen aktiviert werden, sodass die weißen Hautstellen wieder pigmentieren. Die Bestrahlung wird sehr oft in einer Arztpraxis durchgeführt, kann aber mit einem eigenen Gerät auch zu Hause durchgeführt werden. Georg Pliszewski macht deutlich, dass Betroffene Chancen und mögliche Nebenwirkungen einer Behandlung sorgfältig abwägen sollten.