

Behandlungsplan Neurodermitis

Anwendung Wirkstoffcremes:

a) wenn Ekzeme da:

Kortisoncreme (zB Prednitop Salbe) konsequent jeden Tag früh und abends auf Ekzeme bis zur kompletten Abheilung,

danach nachbehandeln: fest 2x pro Woche auf alle abgeheilten Ekzemstellen

b) wenn keine Ekzeme da:

Die proaktive (=neuen Ekzemschüben vorbeugende) Erhaltungstherapie mit Kortisoncreme 2 x pro Woche auf abgeheilte Stellen solange durchführen bis die Ekzeme wirklich stabil mehrere Monate abgeheilt sind. Dann erst versuchen, ob es auch ganz ohne Kortisoncreme geht - aber unbedingt Basispflege mit spezieller Duschlotion und 2 x tgl Ganzkörpercremung weiter beibehalten.

Basistherapiecremes („Pflegelotionen“) bei Neurodermitis

Bei Neurodermitis produziert die Haut selbst nicht genug Hautlipide. Daher ist es für die nachhaltige Besserung der Ekzeme notwendig, die Haut jeden Tag mit Pflegelotionen einzucremen. Dermatologen nennen dies Basistherapie - weil dieses tägliche Eincremen die Basis jeder Neurodermitis-Therapie ist.

Basistherapiecremes sind grundsätzlich am gesamten Körper einzusetzen, also von den Zehen bis zum Haaransatz. Gecremt wird so, dass diese Bereiche vollständig benetzt sind, es sollen keine Creme-Überstände auf der Haut zurückbleiben, aber es soll auch überall soviel Creme aufgetragen werden, dass die Haut schön weich wird.

Bei Juckreiz, die Cremes ggf direkt aus dem Kühlschrankschrank auftragen, sie lindern dann den Juckreiz zusätzlich durch den Kühleffekt.

Ggf kommen an bestimmten Regionen wie Gesicht, Lidern, Lippen oder Händen spezielle Basistherapiecremes zum Einsatz. Falls diesbzgl nichts im Therapieplan steht, dann die Basistherapiecreme für den ganzen Körper auch dort einsetzen.

Je trockener die Haut ist, desto fettreicher sollte die Basistherapiecreme sein. Wenn die Haut weniger trocken, sondern mehr entzündet ist, können zu fettreiche Cremes aber den Juckreiz verstärken. Einige Patienten brauchen im Sommer weniger fettreiche Basiscremes, im Winter fettigere. Eine gute Allround-Basispflege ist zB Neutrogena Bodylotion.

Basistherapie sollte in der Regel morgens und abends erfolgen. Bei sehr trockener Haut und im Winter ggf zusätzlich mittags. Im Sommer reicht ggf 1 x tgl.

Empfehlungen zur Hautreinigung:

- NICHT täglich duschen/baden. 2-3 x pro Woche ist optimal. An den bade-freien Tagen die Haut komplett in Ruhe lassen, v.a. nicht mit dem Waschlappen waschen. Das feuchte Wischen über die Haut reizt und verstärkt den Juckreiz. Kinder vor der Pubertät haben keinen riechenden Achselschweiss, wenn keine Verschmutzung vom Spielplatz oä vorliegt ist es völlig unproblematisch, die Haut 2-3 Tage gar nicht zu waschen.

- Seifen meiden (egal ob Stückseife oder Flüssigseife oder Duschgel). Stattdessen Ölbäder oder seifenfreie Waschlotionen (zB aus dmMarkt Babylove ultra sensitive Kopf bis Fuß Waschbalsam) verwenden.

- Baden/Duschen nicht zu warm, da dies den Juckreiz verstärkt. Nur lauwarm.

- Nach dem Duschen/Baden sollte die Haut vorsichtig trocken getupft werden, nie mit dem Handtuch reiben. In jedem Fall nach dem Baden/Duschen Basistherapiecreme am gesamten Körper anwenden.