

Die Neurodermitis-Sprechstunde

Deutschlands Top-Spezialisten verraten aus ihrer täglichen Praxisarbeit, was Neurodermitis-Patienten wirklich beschäftigt

Dr. Christina Schnopp von der TU München ist auf Neurodermitis spezialisiert und arbeitet als Dozentin der Deutschen Stiftung Kinderdermatologie (DSK)



Stefan Schneider Der Heilpraktiker ist Leiter des Zentrums für klassische Homöopathie in Hamburg



„Ich habe mit 30 ganz plötzlich Neurodermitis bekommen. Geht das auch wieder weg?“

Dr. Christina Schnopp Die meisten Neurodermitiker erkranken bereits in der frühen Kindheit, aber bei etwa einem Fünftel tritt die Erkrankung erst im Erwachsenenalter auf. Der Verlauf ist nicht vorhersagbar, es kann sich um eine Episode von einigen Wochen handeln, die Krankheit kann aber auch über Jahre kommen und gehen.

Stefan Schneider Das lässt sich leider schwer voraussagen. Wenn die Symptome aber nach drei Monaten nicht abgeklungen sind, sollten Sie einen Heilpraktiker oder Arzt aufsuchen.



„Gibt es Alternativen zu Kortison?“

Stefan Schneider Die klassische Homöopathie hat in der Praxis immer wieder deutliche Verbesserungen und auch Heilungen der Neurodermitis bewirkt. Daneben können auch Traditionelle Chinesische Medizin (TCM), Akupunktur, Lichttherapie oder eine Ernährungsumstellung helfen. Salben, Cremes und Öle lindern, heilen aber nicht.

„Darf ich meine roten Stellen überschminken?“

Dr. Christina Schnopp Wenn Sie das Make-up vertragen, ist das okay. Sie sollten aber darauf achten, milde Substanzen zum Abschminken zu benutzen.

Stefan Schneider Ja, in Maßen. Apotheken, Bioläden und Drogerien führen Naturkosmetika, die auf chemische Inhaltsstoffe verzichten und damit für Neurodermitis zu empfehlen sind.



„Mein Arzt sagt, ich soll ans Meer fahren. Hilft das wirklich?“

Dr. Christina Schnopp Klimawechsel können helfen, die Symptome der Krankheit zu verbessern. Allerdings sollte man mindestens drei Wochen dort sein. Der Erfolg hängt auch von Jahreszeit und Witterung ab und ob man auch gegen Pollen oder Hausstaubmilben allergisch ist.



Viele Kinder leiden an Neurodermitis. Mit dem Grundschulalter verschwindet die Krankheit aber meistens wieder

„Meine Haut schuppt sehr. Wie kann ich das verhindern?“

Dr. Christina Schnopp Durch die tägliche Pflege mit Harnstoff- oder Glycerincremes.

Stefan Schneider Tägliches Einreiben der Haut mit Olivenöl hilft. Bei nässenden, offenen Stellen sollte man eher wasserhaltige Emulsionen und Lotionen verwenden.

„Ich habe immer wieder Neurodermitis im Gesicht. Kann das vom Make-up kommen?“

Dr. Christina Schnopp Bei diesen Ekzemen kann es sich um eine Form handeln, die durch Kosmetika verschlechtert wird oder aber um eine allergische Reaktion auf Make-up, Shampoos, etc. Das findet der Hautarzt durch entsprechende Tests heraus.

„Mein Baby hat schon Neurodermitis – geht das wieder weg?“

Dr. Christina Schnopp Bei zwei Dritteln der Säuglinge heilt die Krankheit bis zum Schulalter von selber ab.

Stefan Schneider Ich würde trotzdem eine Behandlung empfehlen. Die Beschwerden stören das Wohlbefinden des Kindes – und es kann keiner versprechen, dass das Problem von allein verschwindet.



„Ich habe gehört, wenn man schwanger ist, bessert sich die Krankheit. Stimmt das?“

Dr. Christina Schnopp Hormone können die Ausprägung der Neurodermitis beeinflussen. Viele Frauen beobachten eine Veränderung mit dem Zyklus. In der Pubertät, mit einer Schwangerschaft oder auch mit den Wechseljahren kann die Krankheit besser oder schlechter werden. Für die Schwangerschaft stehen die Chancen etwa 50 zu 50.

„Bringt es etwas, wenn ich Fleisch oder Milch weglasse?“

Dr. Christina Schnopp Oft verstärken eher sehr saure oder sehr scharfe Speisen, Alkohol oder übermäßig viel Kaffee den Juckreiz. Manche Patienten haben zusätzlich echte Nahrungsmittelallergien. Dann ist es sinnvoll, dieses Nahrungsmittel (z. B. Nüsse) zu vermeiden. Diäten, die ungezielt Nahrungsmittel verbieten, sind nicht sinnvoll und können zu Mangelernährung führen.

„Ich habe einen tollen Job in Aussicht. Aber ich hab Angst, dass durch den Stress die Neurodermitis wieder aufflammt!“



Stefan Schneider Freuen Sie sich auf Ihren Job. Falls Ihre Haut bei Stress oder Kummer schlimmer wird, finden Sie heraus, was Ihnen gut tut und entspannen Sie sich. Geeignet sind z.B. Yoga, Meditation oder autogenes Training. Musik und viel Sport sind auch hilfreich.

Dr. Christina Schnopp Wenn Sie ahnen, dass eine stressige Phase ansteht, hilft ein „Notfallplan“, damit man die Behandlung verbessern kann, bevor die schlechte Haut und der Juckreiz zu einem zusätzlichen Stressfaktor werden.

„Ich habe im Winter mehr Schübe. Oder bilde ich mir das nur ein?“

Stefan Schneider Das bilden Sie sich nicht ein! Das Klima kann deutliche Auswirkungen auf das Beschwerdebild haben. Bei vielen führt im Winter die trockene Heizungsluft und fehlende Sonne zu einer Verschlimmerung. Aber es können auch Schübe im Sommer auftreten. Jede Neurodermitis reagiert anders auf klimatische Verhältnisse.

„Macht Kortison wirklich dick?“

Dr. Christina Schnopp Nur bei Präparaten zum Einnehmen können Nebenwirkungen wie Gewichtszunahme, Wassereinlagerungen, Magenprobleme und – je nach Dosis – über mehrere Wochen auftreten. Bei äußerlicher Behandlung mit Cremes treten diese Nebenwirkungen aber nicht auf.

Stefan Schneider Allerdings wird die Haut bei einer längeren Nutzung von Kortisonsalben dünner. Eine langfristige Behandlung mit Kortison sollte deshalb unbedingt vermieden werden.

„Pflegeteuer sind teuer. Zahlt das meine Krankenkasse?“

Dr. Christina Schnopp Pflegeprodukte für Neurodermitiker werden leider nur in Ausnahmefällen von den Krankenkassen erstattet, so z. B. für Kinder unter 12 Jahren.