



Bisher sind die Ursachen der Erkrankung noch nicht genau entschlüsselt. Vererbung und Umweltfaktoren spielen eine Rolle

Menschen mit Neurodermitis haben eine gestörte Hautbarriere, ihre Haut entzündet sich leichter. Bei 20 bis 40 Prozent von ihnen ist das Filaggrin-Gen mutiert, das wichtig für eine intakte Hülle ist. Auslöser eines Schubs können Nahrungsmittel und Allergien, übermäßige Körperpflege und hautirritierende Kleidung sein. Pflegeprodukte stabilisieren die Hautbarriere. Cortisoncremes bekämpfen Juckreiz und Entzündung.

MEDIZIN

Meine Haut, mein Schlachtfeld

Wer Neurodermitis hat, ist am ganzen Körper gezeichnet – und wird oft auch noch ausgegrenzt. Unsere Autorin hat das selbst erlebt. Doch neue Therapien machen ihr Hoffnung

VON ALEXANDRA KRAFT

an der Innenseite meiner linken Hand, ganz unten am Rand, habe ich eine Stelle, die immer juckt. Nicht nur oben auf der Haut, sondern tief drin. Es vergeht nie. Nachts werde ich manchmal davon wach. Es kommt auch vor, dass ich im Schlaf die Stelle kratze. Tagsüber versuche ich, mich so gut wie möglich zu beherrschen. Das funktioniert meistens, aber nicht immer. Wenn ich zum Beispiel in eine Aufgabe vertieft bin, kratze ich unbewusst. Erst sanft und dann immer kräftiger. Mit den Fingerspitzen, den Nägeln und einmal, als es ganz schlimm war, habe ich sogar den Kronkorken einer Colaflasche genommen. Danach war das Jucken kurz verschwunden, eine echte Erlösung. Die tiefen Kratzer in der Haut brauchten fast zwei Wochen, bis sie verheilt waren. Ich schämte mich für meinen Kontrollverlust.

Ich habe Neurodermitis, seit ich denken kann. Meine Haut ist mein Schlachtfeld. Als ich in der zehnten Klasse war, hat sich meine Mitschülerin Simone von mir weggesetzt und wollte wochenlang nichts mit mir zu tun haben. Sie sagte: »Deine Haut ist ekelig.« Das war mein Alltag. Der Sound meiner Jugend war: »Kratz nicht.« Als wäre das so einfach. So was sagen nur Leute, die noch nie in ihrem Leben einen starken Juckreiz hatten.

Wochenlang verbrachte ich in der Uniklinik Frankfurt, eingewickelt in dicke, mit Teersalbe getränkte Mullverbände. Damals glaubte man, das helfe am besten. Ich erinnere mich noch genau an den schweren, öligen Geruch in meinem Krankenzimmer. Die tiefen Kratzer an den Armen und im Gesicht heilten in der Regel ab. Es waren kurze Atempausen. Denn wenn die Mullbinden abgenommen waren, kam das Jucken schnell wieder.

Bis heute ist Neurodermitis für die Medizin eine geheimnisvolle Krankheit. In Industrieländern wie Deutschland sind rund ein Fünftel der Menschen zumindest zeitweise betroffen. Es erkranken vor allem Kinder und Jugendliche, 23 Prozent

aller Säuglinge und Kleinkinder werden mindestens einmal wegen Neurodermitis behandelt. Aber auch bis zu drei Prozent der Erwachsenen leiden unter der sogenannten atopischen Dermatitis. Prof. Thomas Bieber vom Universitätsklinikum Bonn ist einer der weltweit führenden Dermatologen. »Die Krankheit überrascht selbst mich und alle anderen immer wieder«, sagt er. »Es gibt wenig, was wir definitiv wissen.«

Kein Arzt der Welt weiß, was genau bei Neurodermitikern auslöst, dass ihre Haut juckt, schuppt und sich entzündet. Es gibt viele Vermutungen. Mal soll das Immunsystem zu aktiv sein, mal die Seele über die Haut ihre Nöte signalisieren. Wenn man aber nicht weiß, was eine Krankheit auslöst, wie soll man sie dann behandeln? Seit Jahrzehnten gilt bei Neurodermitis-Patienten schon die Linderung als Erfolg.

Meist sind es einfache Mittel, die zum Einsatz kommen. Wie zum Beispiel Bäder in warmem Paraffin, mit schwarzem Tee getränkte Gesichtsmasken, Fettsalben. Wenn das alles nicht hilft und bei akuten Schüben die Haut »blüht«, wie Ärzte sagen, dann auch Cortison. Das Steroidhormon lindert fast alle Beschwerden – wenn auch zu einem hohen Preis. Als Salbe kann Cortison die Haut ausdünnen, in Tablettenform Blutdruck und Blutzuckerwerte nach oben treiben. Auch ich kann seit Jahren phasenweise nicht ohne, etwa wenn ein wichtiger Termin ansteht und meine Haut kurz vorher entschieden hat, dass sie ausgerechnet dann rot und schuppig sein muss. Oder wenn mich die Stelle an der Hand nur noch nervt. Cortison bringt schnelle Besserung. Aber nur für kurze Zeit.

Neurodermitis grenzt aus. Ob bewusst oder unbewusst, das Ergebnis ist dasselbe. Kürzlich fragte eine Kollegin: »Was sind das für Flecken an deinem Arm?« Sie war vermutlich nur neugierig, aber ich zog schnell die Ärmel meiner Bluse runter und sagte: trockene Haut. Dann verließ ich den Raum. In Studien wurde nachgewiesen, dass Neurodermitiker wegen ihrer Krankheit vermehrt unter Stress leiden. Wer sich in der Öffentlichkeit ▶

1/5
der
Menschen
in Industrieländern hat
zeitweise
Neurodermitis

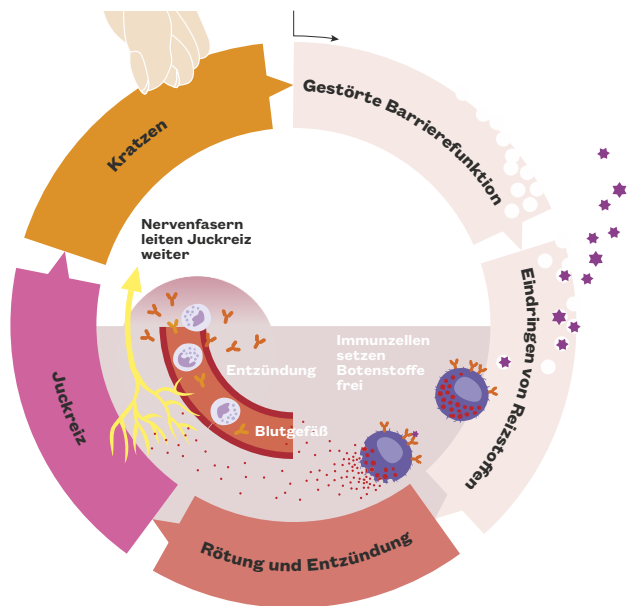
FOTO: ELENA GRISHIN/LAMY

Neurodermitis bricht mittlerweile bei immer mehr Erwachsenen aus. Die Gründe sind unklar. Bei Hautkrankheiten geht es zwar nicht ums Überleben – aber erheblich um Lebensqualität. Wenn man das versteht, dann bekommen die Leiden einen anderen Stellenwert.

Hintergrund

Stress mit der Haut

Er lässt sich nicht kontrollieren und läuft in der Regel unbewusst ab: Juckreiz. Eine lästige Begleiterscheinung von Neurodermitis



Juckreiz (med.: Pruritus) ist eine Missempfindung der Haut, die das Verlangen auslöst, die betroffene Stelle zu reiben oder zu kratzen. Das Problem: Kratzen sorgt nur kurzfristig für Linderung und kann zu Verletzungen der Haut führen. Diese wiederum können zur Folge haben, dass sich der Juckreiz verstärkt und ein Teufelskreis aus Jucken und Kratzen entsteht.

Und das passiert beim Juckreiz (siehe Grafik links): Über die defekte Schutzschicht verliert die Haut Feuchtigkeit, sie trocknet aus. Äußere Reizstoffe dringen leichter ein. Immunzellen setzen Botenstoffe frei, darunter Histamin. Das Gewebshormon ist einer der stärksten Vermittler von Juckreiz im Körper. Die Botenstoffe vermitteln die Entzündung – die Haut ist stärker durchblutet und gerötet. Gleichzeitig aktivieren sie freie Nervenenden. Diese Fasern leiten den Juckreiz ans Hirn weiter.

übermäßig kratzt, wird schief angeschaut. Und geht mal mit roten Flecken ins Schwimmbad!

Endlich Fortschritte in der Therapie

Zum Glück gibt es nach Jahrzehnten des Stillstandes bei der Neurodermitis-Forschung endlich Fortschritte. Mehr als 30 Gene haben Wissenschaftler identifiziert, die an der Entstehung der Krankheit beteiligt sein sollen. So ist bei 20 bis 40 Prozent der Betroffenen das Filaggrin-Gen mutiert, das wichtig für eine intakte Hautbarriere ist.

Um das Leiden besser zu verstehen, baut der Hautarzt und Allergologe Bieber an der Uniklinik in Bonn eine Datenbank auf, in der neben Neurodermitis auch Tausende Asthmafälle dokumentiert sind. Denn oft gehen beide Erkrankungen Hand in Hand. Ein weltweit einzigartiges Projekt. »Jeder, der die Schwelle unseres Hauses überschreitet, soll am besten in die Datenbank aufgenommen werden. Wir nehmen Haut- und Blutproben und stellen viele Fragen.« So will Bieber Muster erkennen, Regelmäßigkeiten identifizieren. Und im Idealfall endlich erklären können, welche Patienten auf welche Medikamente ansprechen. Und warum bei vielen Kindern in der Pubertät die Neurodermitis verschwindet, aber danach oft Asthma entsteht.

Eine erste Erkenntnis sei, so Bieber, dass die Krankheit mittlerweile bei immer mehr Erwachsenen neu oder wieder ausbreche. »Die Zahlen dieser Fälle steigen explosionsartig.« Auch hier gilt: Die Gründe sind unklar. Immerhin wurde das Interesse der Pharmaindustrie neu geweckt. Eine gute Entwicklung, nachdem sich Ende der 90er-Jahre fast alle großen Unternehmen aus der Dermatologie zurückgezogen hatten. Weil die Meinung herrschte, da sei kein Geld zu holen. Das ändert sich nun. Bieber sagt: »Man stellte fest, es geht zwar nicht ums Überleben, aber ganz erheblich um Lebensqualität. Wenn man das versteht, dann bekommen Hautkrankheiten einen ganz anderen Stellenwert.« Etwa 70 Pharmakonzerne arbeiten an der Erforschung der Hautkrankheit, rund 20 Medikamente stehen kurz vor der Zulassung.

Recht neu ist das Präparat Dupilumab. Per Spritze werden Antikörper verabreicht. Sie wirken an bestimmten Botenstoffen im Immunsystem und hemmen dort gezielt Reaktionen. Die Jahresdosis kostet bis zu 22 000 Euro. Studien zufolge wirkt das Mittel bei mehr als einem Drittel der Patienten, Entzündungen und Juckreiz verschwinden oder werden deutlich gelindert. Meist handelt es sich um schwere Fälle, bei denen alle Therapien bisher versagt haben. Allerdings ist noch wenig über ▶

Doppelter Schutz. Wirksam gegen Haarverlust¹, gut für die Kopfhaut.

Mit dem pH-Wert 5,5

ANTI-HAARVERLUST¹ INTENSIV SCHAUM

- steigert das Haarwachstum
- mehr Haardichte
- sichtbare Ergebnisse nach 3 Monaten²
- der revitalisierende Komplex mit Redensyl™, NHE und Koffein aktiviert die Haarwurzel und versorgt sie mit Nährstoffen und Sauerstoff

ANTI-HAARVERLUST¹ SHAMPOO

- vitalisierendes Shampoo mit NHE-Pflegeformel
- fördert das Haarwachstum und wirkt Haarverlust¹ entgegen

¹erblich bedingt

²Studie DermaFocus, Augsburg, 2018

sebamed Produkte sind in über 120 Studien dermatologisch-klinisch getestet. In Apotheken und Drogeriefachabteilungen.

MADE IN GERMANY

www.sebamed.de

Klinisch
pH-Wert
5,5
geprüft
sebamed
Wissenschaft für gesunde Haut.



SEBAMED NIMMT IHRE HAUT IN SCHUTZ | pH-Wert 5,5

die langfristigen Nebenwirkungen bekannt. Und auch bei diesen aufwendigen und teuren Präparaten steht am Ende die Erkenntnis: Kein Neurodermitis-Patient ist wie der andere. Niemand kann vorhersagen, welches Medikament beim wem wie wirkt – immerhin hilft Dupilumab zwei Dritteln der Patienten nicht. Wie kompliziert das Krankheitsbild ist, sieht Professor Bieber fast täglich in seiner Praxis. »Weil sie nicht nur einen einzigen Auslöser hat«, sagt er. »Es scheint ein komplexer Vorgang dahinterzustecken – der noch dazu bei jedem Patienten anders sein könnte.«

Zurück zur Natur?

Vielleicht gibt es jedoch auch eine einfachere Lösung. Ein vielversprechender Trend zielt darauf ab, das Organ wieder in sein natürliches Gleichgewicht zu bringen. Die Hautärztin und Bestseller-Autorin Yael Adler ist eine Vorkämpferin dieser Bewegung – und postuliert den Weg zurück zu einer Art steinzeitlichem Urzustand der Haut.

Ein Besuch in Adlers Praxis in Berlin. Als Expertin sieht sie auf den ersten Blick, dass ich Neurodermitis habe. »Haben Sie schon mal Ihr Mikrobiom testen lassen?«, fragt sie. »Ich gebe Ihnen gleich alles mit.« Die Theorie dahinter: Gesunde Bakterien sollen dabei helfen, die Haut zu heilen. Außerdem soll die Haut so wenig wie möglich mit Waschgels oder künstlichen Duftstoffen in Berührung kommen. Denn auf der Haut jedes Menschen leben Milliarden Mikroorganismen. Die gilt es zu schützen und zu stärken. Befinden sich verschiedene Bakterientypen im Gleichgewicht, ergänzen sie sich und bilden eine schützende Barriere. Hat ein Bakterienvolk dagegen die Oberhand, wird die Haut erst verwundbar und irgendwann krank. »Das gilt auch für den Magen- und Darmbereich«, sagt Yael Adler. Bei Neurodermitis-Patienten könnte eine Störung im Mikrobiom der Auslöser für Juckreiz und Entzündungen sein.

Forscher versuchen deshalb, Lotionen zu entwickeln, mit deren Hilfe sie die fehlenden Bakterien auf die Haut bringen. Säfte und Tinkturen sollen helfen, dass sich im Darm gesunde Bakterien ansiedeln. Die Hoffnungen sind groß, dass diese Methode der Schlüssel sein könnte. Das größte Problem ist, die individuell passende Bakterienmischung für jeden Hauttypen zu finden. Außerdem ist bei der Anwendung Geduld gefragt; es kann Monate dauern, bis sich die Bakterien wieder ansiedeln und die Haut sich schrittweise regeneriert.

Nach vielen Besuchen bei ratlosen Hautärzten und einem Schub im vergangenen Winter gehe ich nun auch diesen Weg. Um die Hautbarriere nicht zu belasten, dusche ich mit einer Lösung aus Apfelfessig. Außerdem trinke ich abends immer einen Becher fermentiertes Getränk, das meine Darmbakterien unterstützen soll. Drei Monate mache ich das schon. Meine Haut ist zwar noch nicht geheilt, aber viel besser geworden. Es gibt sogar Tage, an denen es mich nirgends juckt. ✘

Auf gesunder Haut leben Milliarden von Mikro- organismen und bilden eine schüt- zende Barriere

Hintergrund

Damit es weniger juckt

Die richtige Pflege der Haut
ist bei Patienten
von großer Bedeutung

n

Neurodermitis verläuft meist sehr unterschiedlich. Vor allem Kinder leiden an der Krankheit, die auch ato-

pisches Ekzem genannt wird. Der Name Neurodermitis kommt aus der Zeit, als man noch glaubte, der Ausschlag werde durch entzündete Nerven in der Haut hervorgerufen. Bei einem großen Teil der Patienten verschwindet die Neurodermitis mit der Pubertät. Aber oftmals flammt sie im späteren Leben wieder auf. Egal in welcher Lebensphase, Neurodermitiker müssen ihre Haut besonders pflegen, denn sie reagiert empfindlich auf äußere Reize, trocknet aus und beginnt zu jucken. Auslöser dafür ist, dass die Hautbarriere durchlässiger ist als normal. Selbst wenn Patienten gerade beschwerdefrei sind, ist die Pflege wichtig und beugt neuen Schüben vor. Das passende Produkt zu finden ist allerdings kein einfaches Unterfangen. Denn in vielen Fällen reagiert die Haut auch allergisch und empfindlich auf Duft- und Konservierungsstoffe. Was letztendlich für Linderung sorgt, ist individuell. Viele Hautärzte raten, verschiedene Produkte auszuprobieren. Die Suche ist oft mühsam und langwierig.

Zur Basispflege für Neurodermitis-Patienten gehört es, sich zwei Mal täglich einzucremen. Zum Duschen und Haarewaschen sollten Produkte mit einem hautneutralen pH-Wert zwischen 5,5 und 6,0 verwendet werden. Außerdem sollten Betroffene nicht zu warm und zu lange duschen. Denn das trocknet die Haut zusätzlich aus. Beim Abtrocknen sollte man auf allzu starkes Rubbeln mit dem Handtuch verzichten. Besser ist es, die Haut abzutupfen. Viele profitieren auch von rückfettenden Ölbädern oder Bädern mit Totem-See-Salz.

Glucocorticoide (Cortison) wurden lange wegen ihrer Nebenwirkungen verdammt. Inzwischen sind sie aber ein wichtiger Bestandteil in der Behandlung von Neurodermitis. Lokal als Salbe eingesetzt, können sie Schübe lindern. Moderne Präparate werden in der Haut abgebaut und gelangen nicht mehr in den Blutkreislauf. Sie sollen so lange eingesetzt werden, bis die Haut nur noch schwach gerötet ist. Danach kann man die Behandlung noch bis zu zwei Mal täglich weiterführen. So verschwinden auch Restentzündungen, die tiefer sitzen. ✘

ALEXANDRA KRAFT