



LEBEN MIT NEURODERMITIS EIN RATGEBER FÜR DIE GANZE FAMILIE



LIEBE ELTERN UND PATIENTEN*,

Leben heißt Veränderung – vom Tag der Geburt an sind Eltern Zeugen eines stetigen Wandels. Dabei hat jede Lebensphase ihre Besonderheiten. Säuglinge erleben alles zum ersten Mal, Kleinkinder erschaffen sich oft eine Fantasiewelt. Im Schulalter begeben sich Kinder mehr und mehr in die Welt der Überlegung und erklären sich ihr Umfeld selbst. Als Jugendliche werden sie langsam zu Erwachsenen und entwickeln ein Gefühl dafür, wer sie sind und was sie vom Leben erwarten.

Für Kinder und Jugendliche mit Neurodermitis kommen in jeder Lebensphase krankheitsbedingte Herausforderungen hinzu, denn die chronisch-entzündliche Hauterkrankung geht neben körperlichen auch mit seelischen Belastungen einher. Diese können sich auch auf das Familienleben auswirken.

Eltern können ihrem Kind die Last der Erkrankung nicht abnehmen, aber ihm den Rücken stärken, damit es sein Leben mit Neurodermitis selbstbestimmt gestalten kann.

Um Dich bei dieser Aufgabe zu unterstützen, haben wir hilfreiche Informationen zusammengestellt. Wir erläutern die Grundlagen der Erkrankung, stellen Behandlungsoptionen und Begleitmaßnahmen vor und gehen auf die Besonderheiten verschiedener Lebensphasen ein.

Wir hoffen, Dich und Dein Kind mit diesen hilfreichen Informationen und nützlichen Tipps in dieser Situation begleiten zu können, und wünschen Euch alles Gute.

Dein Leben-mit-Neurodermitis-Team

* Allein aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten aber selbstverständlich für beide Geschlechter.

1. NEURODERMITIS

1.1 NEURODERMITIS – WAS IST DAS?	
DEFINITION UND VERBREITUNG	4
1.2 WIE ZEIGT SICH NEURODERMITIS?	
KRANKHEITSBILD	6
1.3 WIE ENTSTEHT NEURODERMITIS?	
URSACHEN DER ERKRANKUNG	6
1.4 WAS SIND TYPISCHE BEGLEITERKRANKUNGEN?	
VIELE LEIDEN – EIN UNIVERSUM	11
1.5 WIE VERLÄUFT DIE ERKRANKUNG BEI KINDERN?	
DAS KLINISCHE BILD IST ABHÄNGIG VOM LEBENSALTER	12



Die Diagnose Neurodermitis war oder ist wahrscheinlich ein Schock. Plötzlich gibt es viele Unsicherheiten und jede Menge Fragen: Um welche Erkrankung handelt es sich? Was macht sie mit meinem Kind? Was bedeutet das für uns – ein Leben mit dieser Krankheit? Je mehr Du über die Krankheit weißt, desto besser kannst Du die Therapie begleiten und zum Therapieerfolg beitragen.



1.1 NEURODERMITIS – WAS IST DAS?

DEFINITION UND VERBREITUNG

Neurodermitis ist eine chronische – das heißt dauerhaft anhaltende – entzündliche, aber nicht ansteckende Hauterkrankung. Sie tritt meistens in Schüben auf und äußert sich vor allem durch Entzündungen der Haut, die unter anderem einen starken Juckreiz und Hauttrockenheit hervorrufen können. Neurodermitis wird in Fachkreisen auch als Atopische Dermatitis oder Atopisches Ekzem bezeichnet. Die auslösenden Faktoren sind individuell unterschiedlich und werden auf den folgenden Seiten genauer beleuchtet.

Da die Erkrankung meist schubförmig verläuft, gibt es Phasen, in denen stark juckende, entzündete Stellen das Hautbild bestimmen, und Phasen, in denen die Haut nahezu gesund erscheint. Die Erkrankung ist jedoch nie wirklich verschwunden.

Wie stark die einzelnen Schübe sind und wie häufig sie auftreten, ist individuell und kann nicht vorhergesagt werden. Bei manchen Betroffenen dauern die Schübe Tage oder Wochen, andere leiden sogar Monate an entzündeten Hautstellen, nässenden Bläschen und Verkrustungen, die meist mit einem starken Juckreiz einhergehen.

Bei Kindern ist die Neurodermitis die häufigste chronische Erkrankung überhaupt. In Deutschland ist schätzungsweise fast jedes 6. Baby oder Kleinkind, circa jedes 5. Kind und etwa jeder 5. Jugendliche betroffen.* Im Altersverlauf nimmt die Erkrankungshäufigkeit jedoch ab – insgesamt sind in Deutschland mehr als 3,8 Millionen Menschen mit Neurodermitis diagnostiziert.†

Neurodermitis/Atopische Dermatitis/Atopisches Ekzem

Atopisch heißt, der Körper reagiert allergisch auf den Kontakt mit ansonsten harmlosen Substanzen aus der Umwelt.

Ekzem und **Dermatitis** sind Überbegriffe für eine Entzündungsreaktion der Haut, die mit Juckreiz, Rötung, Schuppung, Schwellung, nässenden Bläschen und Verdickung (bei chronischen Verläufen) einhergehen kann.



* Gemeldete Neurodermitis-Fälle gemäß ISAAC-Kriterien ohne ärztliche Diagnose (ISAAC: International Study of Asthma and Allergies in Childhood). ISAAC-Kriterien: Juckender Ausschlag, der in den letzten 12 Monaten und über mindestens 6 Monate hinweg immer wieder auftrat. Betroffene Körperregionen: Ellbogen, Kniekehle, Knöchel, Gesäßfalte, Hals, Ohren oder um die Augen.

Quelle: Silverberg JI et al. Ann Allergy Asthma Immunol 2021; 126:417–428.e2.

† Ausschließlich ärztlich diagnostizierte Fälle wurden berücksichtigt.

Quelle: Pressemitteilungen 2023. BARMER-Atlas – Neurodermitis-Fälle nehmen deutlich zu; Abrufbar unter: <https://www.barmer.de/presse/presseinformationen/pressearchiv/immer-mehr-neurodermitis-faelle-1245212> (abgerufen im November 2024)

1.2 WIE ZEIGT SICH NEURODERMITIS?

KRANKHEITSBILD

Das Krankheitsbild der Neurodermitis kann von Patient zu Patient variieren und sich auch in der Ausprägung der Symptome deutlich unterscheiden. Das Spektrum reicht dabei von milden, symptomarmen Formen bis hin zu schweren Verlaufsformen, bei denen eine ununterbrochene intensive Therapie notwendig sein kann.

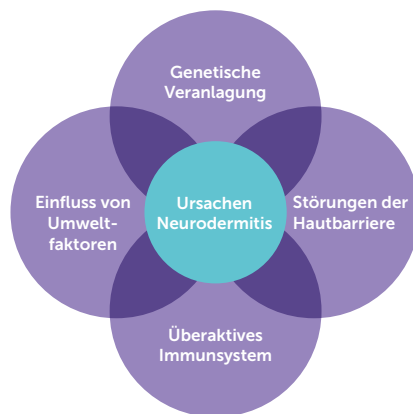
In akuten Phasen ist das typische Krankheitsbild der Neurodermitis gekennzeichnet durch rote, entzündete, teilweise blutende Hautstellen (Ekzeme) sowie nässende Bläschen und Schuppen, die Verkrustungen bilden können. Die Haut kann während dieser Schübe zum Teil unerträglich jucken.

Auch in Phasen, in denen die Krankheit ruht und nicht direkt sichtbar ist, ist die Haut sehr trocken und empfindlich. Manchmal können schon leichte Berührungen oder der falsche Bekleidungsstoff einen neuen Schub auslösen.

1.3 WIE ENTSTEHT NEURODERMITIS?

URSACHEN DER ERKRANKUNG

Trotz intensiver Forschung sind die Entstehung und die Entwicklung der Neurodermitis noch nicht vollständig verstanden. Ein Zusammenspiel aus mehreren Faktoren scheint allerdings das Auftreten zu begünstigen.



Typische Symptome der Neurodermitis

- Starker Juckreiz
- Entzündete, teilweise blutende Hautstellen (Ekzeme)
- Hautrötungen (Erytheme)
- Starke Hautverdickungen und Vergröberungen der Haut (Lichenifikationen)
- Dicke, tief sitzende Knoten (Prurigo-Knoten)
- Hauteinrisse z. B. an Mundwinkeln, Ohrläppchen oder Fingern (Rhagaden)
- Trockene Haut (Xerose)
- Schuppung
- Schwellung
- Nässende Bläschen

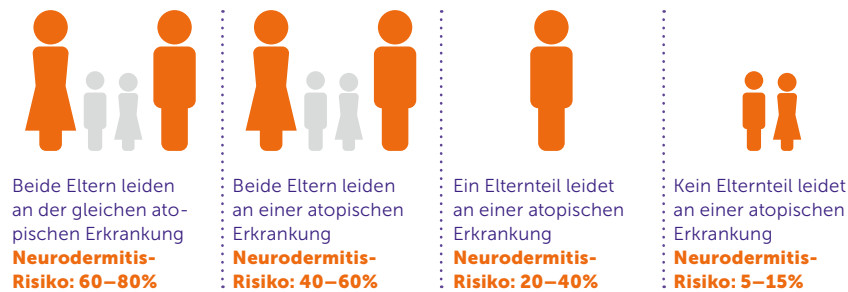
► Genetische Veranlagung

Neurodermitis gehört zum sogenannten atopischen Formenkreis. Dazu gehören unter anderem allergisches Asthma, allergische Bindehautentzündung und allergischer Schnupfen (allergische Rhinitis).

All diese Erkrankungen haben eine genetische Komponente, sie selbst werden jedoch nicht vererbt, sondern die Veranlagung, dass das Immunsystem überempfindlich reagiert – eine sogenannte Atopie. Die wohl bekannteste Erscheinungsform hiervon sind Allergien, zum Beispiel Nahrungsmittelallergien oder Heuschnupfen.

Bei einer Atopie verursachen eigentlich harmlose Stoffe, mit denen der Körper in Kontakt kommt, eine allergische Reaktion, die verschiedene Beschwerden hervorrufen kann. Bei der Neurodermitis zeigen sich die Symptome in der Regel auf der Haut.

Zudem sind aufgrund von genetischen Veränderungen bei manchen Betroffenen bestimmte Bausteine der Haut beschädigt. Das kann eine gestörte Barrierefunktion zur Folge haben.

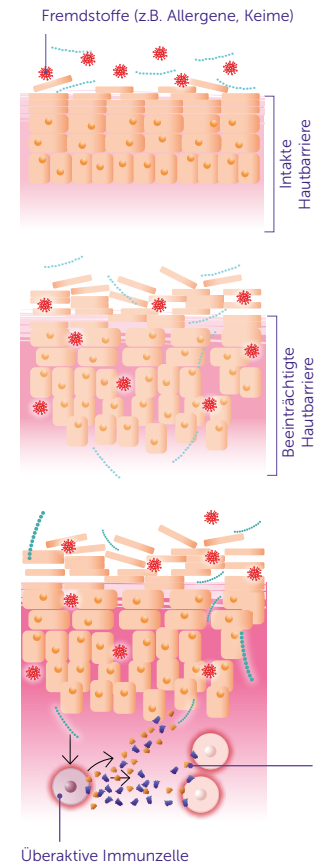


Quelle: Ring J. Neurodermitis – Atopisches Ekzem.

► Störungen der Hautbarriere

Die menschliche Haut ist von einer Vielzahl an Mikroorganismen besiedelt, wie Bakterien und Pilzen. Bei gesunden Menschen leben diese dort in einem Gleichgewicht. Dieses sogenannte Hautmikrobiom ist wichtig für die Gesundheit der Haut. Es steht in ständigem Austausch mit der Hautbarriere und dem Immunsystem. Bei Menschen mit Neurodermitis ist dieses Gleichgewicht durch eine veränderte Zusammensetzung der Mikroorganismen gestört.

Während die gesunde Haut eine natürliche Barriere zur Umwelt darstellt und Fremdstoffe wie Bakterien und Schadstoffe am Eindringen in den Körper hindert, ist diese Schutzfunktion bei Menschen mit Neurodermitis beeinträchtigt: Der Haut fehlen wichtige Bestandteile wie Feuchtigkeit, bestimmte Fette und Eiweiße. Diese veränderte Zusammensetzung macht die Haut durchlässiger, wodurch Fremdstoffe leichter eindringen und Immunreaktionen hervorrufen können.



Die **intakte Haut** stellt eine natürliche und geschlossene Barriere zwischen der Innen- und Außenwelt dar. Für Fremdstoffe ist es fast unmöglich, sie im gesunden Zustand zu überwinden.

Die **Hautbarriere bei Neurodermitis** ist beeinträchtigt. Ihr fehlen wichtige Bestandteile, die zur Aufrechterhaltung der Schutzfunktion nötig sind. Fremdstoffe können eindringen und weitere Entzündungen hervorrufen. Durch die Veränderung des Mikrobioms wird die Besiedlung mit für die Haut schädlichen Bakterien gefördert, was die Hautbarriere zusätzlich stört.

Zudem ist das Immunsystem überaktiv und bestimmte Immunzellen produzieren vermehrt Botenstoffe, die **dauerhafte Entzündungsreaktionen** auslösen.

► Überaktives Immunsystem

Das Immunsystem ist das körpereigene Abwehrsystem. Seine Hauptaufgabe ist unseren Körper vor Fremdstoffen und Krankheitserregern zu schützen. Dafür ist es bestens ausgestattet und hat ein breites Arsenal an Immunzellen, die unterschiedliche Funktionen erfüllen. Damit jede Reaktion des Immunsystems koordiniert und gezielt abläuft, müssen die Immunzellen miteinander kommunizieren. Dies geschieht mithilfe von verschiedenen Botenstoffen. Das sind spezielle Eiweiße, die von den Immunzellen produziert, freigesetzt und aufgenommen werden und ihre Wirkung über spezifische Andockstellen auf Zellen, sogenannte Rezeptoren, entfalten.

► Neurodermitis ist mehr als eine Hauterkrankung

Bei Menschen mit Neurodermitis ist das Abwehrsystem des Körpers aus den Fugen geraten. Es kommt zu einer Fehlregulation des Immunsystems und damit zu einer Immunantwort gegen eigentlich harmlose Substanzen. Bestimmte Zellen des Immunsystems, sogenannte Typ-2-Immunzellen, sind in einem andauernden Aktivierungszustand und produzieren vermehrt entzündungsfördernde Typ-2-Botenstoffe – vor allem Interleukin-4 (IL-4) und Interleukin-13 (IL-13). Aufgrund des Überschusses dieser Typ-2-Botenstoffe ist das Immunsystem überaktiv und verursacht die andauernden und wiederkehrenden – also chronischen – Entzündungen in der Haut. Das äußert sich bei Betroffenen durch die typischen Hautveränderungen und Juckreiz, aber auch z.B. durch Asthma. Die Art von Entzündung, bei denen die Botenstoffe IL-4 und IL-13 beteiligt sind, bezeichnet man im Fachjargon als Typ-2-Entzündung.

Was sind Interleukine?

Als Interleukine bezeichnet man verschiedene Botenstoffe des Immunsystems. Sie werden von bestimmten Immunzellen produziert und haben bei körperlichen Abwehrreaktionen ganz unterschiedliche Aufgaben. Interleukine regulieren z.B. die Abwehr gegen Krankheitserreger und fördern Entzündungsprozesse. Nach der Reihenfolge ihrer Entdeckung sind Interleukine in mehrere Untergruppen unterteilt, die durch Zahlen gekennzeichnet sind.



► Einfluss von Umweltfaktoren

Umweltfaktoren sind äußere Faktoren, die das Krankheitsgeschehen beeinflussen können. Im Fachjargon spricht man von Provokationsfaktoren, weil sie das Auftreten der Symptome „provozieren“ können. Man nennt diese Faktoren auch Trigger oder Auslöser. Diese sind bei jedem Patienten individuell und können sich im Laufe der Zeit verändern.

Zu den Umweltfaktoren zählen beispielsweise:

- **Falsche oder übermäßige Hautreinigung** (z.B. häufiges Duschen bzw. Gebrauch von Seifen, Pflegeprodukten mit Duft- und Konservierungsstoffen)

- **Zigarettenrauch und Umweltschadstoffe** (z.B. Abgase)
- **Kratzende Kleidung** (z.B. aus Wollfasern oder Synthetikstoffen)
- **Klima** (z.B. geringe Luftfeuchtigkeit in Räumen durch Heizungsluft)
- **Allergene** (z.B. Tierhaare, Pollen oder Nahrungsmittel)
- **Infektionen** (z.B. durch Viren, Bakterien oder Pilze)

Im Gegensatz zu den anderen Ursachen sind diese äußeren Auslöser teilweise durch die Eltern oder die erkrankten Kinder und Jugendlichen selbst beeinflussbar: So kann neben der Vermeidung von Stress und Allergenen die Wahl von Pflegeprodukten und der Stoffe von Kleidungsstücken bereits zu einer Entlastung der Haut führen.

Welche Rolle spielen Allergien?

Viele Neurodermitis-Patienten haben auch eine Allergie – z.B. gegen Pflanzenpollen, Tierhaare oder Hausstaubmilben. Substanzen, die eine Allergie auslösen, zählen auch zu den Provokationsfaktoren. Sie sind eigentlich harmlos, werden aber vom Körper als fremd erkannt und vom Immunsystem „bekämpft“. Bei Patienten mit Neurodermitis kann der Kontakt mit Allergenen einen Neurodermitis-Schub provozieren.



Da sowohl aktives als auch passives Rauchen einen Krankheitsschub auslösen oder verschlimmern kann, sollten Kinder in rauchfreier Umgebung aufwachsen und auf die zusätzlichen Gefahren des Rauchens aufmerksam gemacht werden.

1.4 WAS SIND TYPISCHE BEGLEITERKRANKUNGEN?

VIELE LEIDEN – EIN UNIVERSUM

Neurodermitis zählt zu den Erkrankungen des atopischen Formenkreises. Bei einer Reihe von immunvermittelten entzündlichen Erkrankungen spielt die Typ-2-Entzündung eine wichtige Rolle. Liegt diese Veranlagung vor, können im Sinne des sogenannten atopischen Marsches weitere Erkrankungen auftreten.

Hierzu zählen zum Beispiel chronische Rhinosinusitis (Nasen-Nebenhöhlen-entzündung) mit Nasenpolypen, Asthma sowie allergische Rhinitis (Heuschnupfen). Diese Erkrankungen können – müssen aber nicht – gemeinsam mit Neurodermitis auftreten. Ein rechtzeitiges und konsequentes Behandeln der Entzündung kann den Krankheitsverlauf günstig beeinflussen und möglicherweise dazu beitragen, das Risiko für weitere Erkrankungen zu verringern.

Neben den körperlichen Auswirkungen treten häufig auch psychische Beschwerden auf. Die Symptome der Neurodermitis können den Alltag erheblich belasten und bereits im Kindesalter zu Angstzuständen und Depressionen führen. Auch Schlafstörungen kommen nicht selten vor. Diese Begleiterscheinungen sollten unbedingt ernst genommen werden. Falls erforderlich, sollten Kinder frühzeitig therapeutische Unterstützung erhalten.

Erkrankungen des atopischen Formenkreises



1.5 WIE VERLÄUFT DIE ERKRANKUNG BEI KINDERN?

DAS KLINISCHE BILD IST ABHÄNGIG VOM LEBENSALTER

Die meisten von Neurodermitis betroffenen Kinder entwickeln bereits in den ersten ein bis zwei Lebensjahren Symptome.

Im Säuglings- und Kleinkindalter sind vor allem Hautentzündungen, sogenannte Ekzeme, im Bereich des Gesichts, vor allem an den Wangen, typisch – hier bilden sich kleine gelblich-weiße Schuppen und Bläschen.

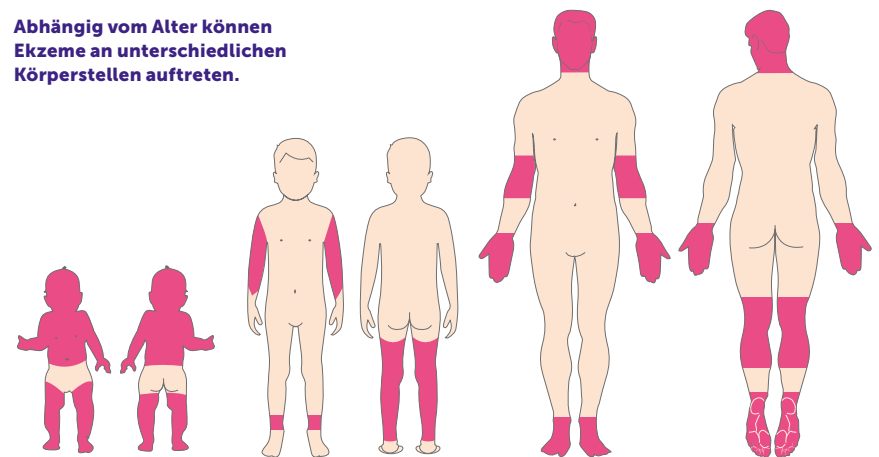
Auch Milchschorf an der Kopfhaut ist häufig ein erstes Anzeichen der Erkrankung. Oft breiten sich nässende, verkrustete Ekzeme auf dem gesamten Körper aus und die Streckseiten der Gliedmaßen können betroffen sein. Der Windelbereich bei Säuglingen und Kleinkindern mit Neurodermitis bleibt in der Regel verschont.

Werden die Kinder älter, verändert sich oft auch die Lage der Hautveränderungen. Im Kindergarten- und Grundschulalter „wandern“ die Ekzeme zu den Ellenbeugen und Kniekehlen sowie den Fuß- und Handgelenken.

Da die Erkrankung schubförmig verläuft, gibt es immer wieder Phasen, in denen die Kinderhaut nahezu gesund erscheint. Doch auch wenn es für das Auge nicht sichtbar ist: Selbst in diesem Stadium „brodelt“ die Entzündung unter der Haut weiter. Diese ruhigen Phasen wechseln sich mit solchen ab, in denen stark juckende, entzündete Stellen das Hautbild bestimmen. Die Kinder befinden sich in diesen akuten Schüben häufig in einem belastenden Teufelskreis aus Jucken und Kratzen.

Bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen treten Hautveränderungen vornehmlich an Hals und Augenlidern sowie an Ellenbeugen und Kniekehlen auf. Auch Ekzeme an Händen und Füßen sind nicht selten. Teilweise nehmen die sichtbaren Krankheitszeichen mit zunehmendem Alter ab. Die Neigung zu trockener Haut sowie Ekzemen bleibt dennoch ein Leben lang bestehen.

Abhängig vom Alter können Ekzeme an unterschiedlichen Körperstellen auftreten.





2. THERAPIEOPTIONEN

2.1 WIE KANN NEURODERMITIS BEHANDELT WERDEN? UNTERSCHIEDLICHE SCHWEREGRADE	15
2.2 VIEL EINCREMEN – UND WAS NOCH? BASISTHERAPIE UND ÄUSSERLICHE THERAPIEN	17
2.3 WAS, WENN EINE ÄUSSERLICHE THERAPIE NICHT AUSREICHT? INNERLICHE THERAPIEN (SYSTEMTHERAPIEN)	20
2.4 MEHR TUN – WAS HILFT NEBEN MEDIKAMENTEN? SINNVOLLE BEGLEITTHERAPIEN	25

Neurodermitis ist zwar bisher nicht heilbar, aber die Symptome der Erkrankung können durch unterschiedliche Therapiemaßnahmen meist unter Kontrolle gebracht werden. Mit etwas Unterstützung können Betroffene ein weitgehend normales Leben führen.

2.1 WIE KANN NEURODERMITIS BEHANDELT WERDEN? UNTERSCHIEDLICHE SCHWEREGRADE

Neurodermitis ist nicht gleich Neurodermitis. Das Krankheitsbild unterscheidet sich von Mensch zu Mensch, sowohl in der Ausprägung der Symptome als auch in der subjektiven Beeinträchtigung. Deshalb ist es zunächst wichtig, dass die Krankheit richtig diagnostiziert und die Schwere der Erkrankung festgestellt wird. Auf dieser Basis wird dann die Therapie individuell an die Bedürfnisse angepasst.

Für die Behandlung ist viel Geduld nötig. Dennoch steht heute eine Vielzahl von anerkannten Arzneimitteln zur Verfügung, die entweder äußerlich (topisch) oder innerlich (systemisch) angewandt werden und gute Erfolge erzielen können.

Um die objektive Krankheitsschwere einzuschätzen, nutzen Ärzte verschiedene Bewertungssysteme, sogenannte Haut-Scores. Dabei werden Punkte für die Fläche der betroffenen Hautareale vergeben und die Intensität der Hautveränderungen bewertet. Bei manchen Scores wird zusätzlich die subjektive Beeinträchtigung durch die Neurodermitis bewertet. Dabei kann es sich z.B. um Juckreiz, Schlaflosigkeit und Einschränkung der Lebensqualität handeln.

Auch sind die täglichen Beobachtungen wichtig, um zu beurteilen, wie stark die Erkrankung Dein Kind in seinem Alltag beeinträchtigt. Die Ärzte sehen Dein Kind zu den Untersuchungen; das ist meist nur eine Momentaufnahme des tatsächlichen Krankheitszustandes.

Wichtige Informationen, die dabei helfen können, die Krankheitssituation besser einschätzen zu können, sind zum Beispiel:

- Beschaffenheit der Haut
- Häufigkeit und Ausprägung der Schubphasen
- Körperliche Beschwerden
- Stimmung des Kindes
- Schlafqualität
- Begleitende Maßnahmen
- Informationen zur Hautpflege



Ein Patiententagebuch und weitere hilfreiche Infomaterialien findest Du auf www.leben-mit-neurodermitis.info/broschueren-und-downloads



2.2 VIEL EINCREMEN – UND WAS NOCH?

BASISTHERAPIE UND ÄUSSERLICHE THERAPIEN

Je nach Ausprägung der Symptome kommen unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten infrage. Im Folgenden findest Du eine Übersicht darüber.

► Basistherapie

Unter der **Basistherapie** versteht man die tägliche topische (äußerliche) Hautpflege mit nicht-medikamentösen Substanzen. Die entsprechenden feuchtigkeitsspendenden Präparate, die sogenannten **Emollienzen**, werden direkt auf die Haut aufgetragen und versorgen diese mit Feuchtigkeit.

Im Sommer können eher leichte, wasserhaltige Cremes verwendet werden, während im Winter fettreichere Pflege sinnvoll ist. Je nach Körperstelle wird die Pflege angepasst, z.B. eher pastenartige Produkte in Hautfalten und leichtere Texturen im Gesicht. Bei länger bestehenden Hautveränderungen helfen fetthaltige Pflegeprodukte, um die Hautbarriere zu stärken.

Emollienzen wie Salben, Cremes, Lotionen oder Badezusätze

- schützen die Haut vor Austrocknung, indem sie eine Feuchtigkeitsbarriere bilden.
- wirken am besten bei regelmäßiger Anwendung, idealerweise zweimal täglich auf nicht entzündeter Haut.
- sind für alle Menschen mit Neurodermitis geeignet, unabhängig vom Schweregrad.
- können begleitend zu anderen Therapien eingesetzt werden.
- sind in Drogerien und Apotheken erhältlich.
- lindern nur Symptome wie Trockenheit, Juckreiz oder Schuppung und verringern das Infektionsrisiko, bekämpfen jedoch nicht die zugrunde liegende Entzündung.

Tipp

Vor der Anwendung solltest Du zunächst prüfen, ob Dein Kind die Pflegemittel verträgt.



▶ Äußerlich anzuwendende (topische) Glukokortikoide

Topische Glukokortikoide, besser bekannt als **Kortison**, sind Medikamente, welche in verschiedenen Formen wie Cremes oder Salben erhältlich sind und direkt auf die betroffene Haut aufgetragen werden. Sie lindern Entzündung und Juckreiz und gehören oft zu den ersten Behandlungsmaßnahmen bei neu diagnostizierter Neurodermitis.

Vom behandelnden Arzt erfährst Du, wie oft Dein Kind das topische Glukokortikoid auftragen soll, denn je nach Schwere der Neurodermitis wird dieses in unterschiedlicher Stärke und Häufigkeit angewendet.

Topische Glukokortikoide

- zählen zu den entzündungshemmenden Behandlungen für Erwachsene und Kinder mit Neurodermitis.
- werden seit 60 Jahren eingesetzt, um entzündliche Hauterkrankungen und Juckreiz zu lindern.
- sollten abhängig von der Wirkstoffstärke nicht täglich und nicht auf sensiblen Hautarealen (Bereiche mit Hautfalten sowie Augen und Genitalbereich) angewendet werden; bei kurzzeitiger richtiger Anwendung sind Nebenwirkungen selten.

Leichtes Brennen beim Auftragen gehört zu den häufigsten Nebenwirkungen, nimmt aber mit der Zeit ab, je mehr die Haut sich an die Behandlung gewöhnt.



▶ Äußerlich anzuwendende (topische) Calcineurin-Hemmer

Topische Calcineurin-Hemmer sind äußerlich anzuwendende Medikamente ohne Kortison, die als Salben und Cremes erhältlich sind und entzündungshemmend und immunschwächend wirken. Sie greifen in die Produktion von Substanzen ein, welche an der Hautentzündung bei Neurodermitis beteiligt sind, und werden zur Verringerung von Neurodermitis-Symptomen und -Schüben eingesetzt.

Topische Calcineurin-Hemmer

- können bei Kleinkindern **ab einem Alter von zwei Jahren** angewendet werden.
- werden bei Bedarf **direkt auf die Haut** aufgetragen, um das Entzündungsgeschehen zu verringern.
- können auf betroffene Hautstellen **in allen Körperregionen** aufgetragen werden, einschließlich des Gesichts und der Genitalien, wo topische Glukokortikoide nicht das bevorzugte Mittel sind.
- können ein **kribbelndes** oder **brennendes Gefühl** auf der Haut hervorrufen, das etwa eine Stunde andauern kann – eine häufige Nebenwirkung, die nach wenigen Tagen der Anwendung in der Regel nicht mehr auftritt.

Wenn topische Calcineurin-Hemmer bei Deinem Kind angewendet werden, solltet Ihr **Sonnenschutzmittel** verwenden, wenn Dein Kind in die Sonne geht, um die Haut vor UV-Strahlung zu schützen. Vom behandelnden Arzt erfahrt Ihr mehr hierzu.



2.3 WAS, WENN EINE ÄUSSERLICHE THERAPIE NICHT AUSREICHT? INNERLICHE THERAPIEN (SYSTEMTHERAPIEN)

► Biologika

Biologika sind gezielte innerliche Therapien, zu denen auch die sogenannten **monoklonalen Antikörper** gehören.

- Antikörper sind große Moleküle, die im Körper gebildet werden, um Krankheitserreger abzuwehren.
- Sie können zielgerichtet und hochspezifisch bestimmte Stoffe binden.
- Diese Eigenschaft nutzt auch die Medizin: Spezielle Antikörper werden so entwickelt, dass sie z. B. Entzündungsauslöser binden. Daher werden Biologika bei einer Vielzahl von (chronisch-) entzündlichen Erkrankungen eingesetzt.
- Diese Antikörper werden biotechnologisch in Zellkulturen hergestellt, also in lebenden, im Labor gezüchteten Zellen. Deshalb nennt man sie Biologika.
- Biologika wurden bereits Anfang der 1980er-Jahre eingeführt. Mittlerweile gibt es umfangreiche Daten zur Langzeitanwendung.



► Wie wirken Antikörper-Therapien?

Antikörper greifen gezielt und hochspezifisch in die fehlgeleitete Immunreaktion ein und verhindern die Entstehung der Entzündungssignale in der Zelle. Dadurch können sie hartnäckigen Juckreiz und Entzündungen langfristig lindern.



Jeder Wirkstoff hat seinen eigenen, spezifischen Wirkmechanismus – es gibt immer ein spezifisches Ziel im Körper und deshalb sind Wirkung und Nebenwirkung der einzelnen Substanzen unterschiedlich.

Aufgrund der spezifischen Wirkweise verfügen diese Medikamente über ein gutes Nutzen-Risiko-Profil mit meist geringen Nebenwirkungen.

► Wie wird eine Antikörper-Therapie angewendet?

- Antikörper sind zu groß für die Aufnahme über den Magen-Darm-Trakt und werden deshalb unter die Haut gespritzt.
- Häufig besteht die Wahl zwischen Fertigspritzen und Fertigpens ohne sichtbare Nadel. In beiden Fällen ist die Nadel dünner als bei einer Blutabnahme oder Impfung.
- Die Injektion kann in der Praxis oder zu Hause erfolgen.

► Wer unterstützt Euch bei der Anwendung?

- Ihr bekommt eine Spritzen-Schulung durch das Praxispersonal.
- Es erfolgen regelmäßige Kontrolltermine und ggf. werden auch Laborwerte zur Sicherheit überprüft (sollte es notwendig sein, kann die Therapie jederzeit wieder abgesetzt werden).

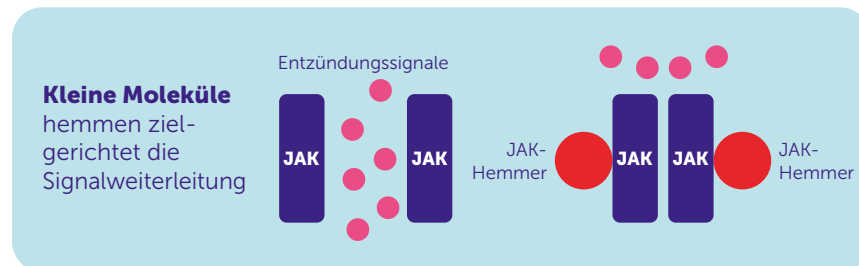
► JAK-Hemmer

JAK-Hemmer gehören zu den sogenannten kleinen Molekülen.

- Sie hemmen die Aktivität bestimmter Enzyme, der Januskinasen (JAK), in den Immunzellen und unterbrechen dadurch die Entzündungssignale im Immunsystem.
- Sie werden als Tabletten verabreicht.
- JAK-Hemmer werden bei unterschiedlichen Erkrankungen angewendet.
- Insbesondere bei älteren Patienten und Patienten mit bestimmten Vorerkrankungen werden JAK-Hemmer nur angewendet, wenn keine geeigneteren Behandlungen zur Verfügung stehen.

► Wie wirken JAK-Hemmer?

JAK-Hemmer verhindern, dass die Entzündungssignale in der Zelle weitergeleitet werden, und greifen so gezielt in die Entzündungsreaktion ein. Dadurch können sie Juckreiz und Ekzeme effektiv lindern.



► Wie werden JAK-Hemmer angewendet?

- JAK-Hemmer werden in Tablettenform i. d. R. täglich eingenommen. Die Dosierung erfolgt je nach Alter, Gewicht und Kondition des Betroffenen.
- Die Wahl der Therapie wird im Einzelfall nach Voruntersuchungen und unter Berücksichtigung der möglichen Risikofaktoren entschieden.

► Wer unterstützt Euch bei der Anwendung?

- Der behandelnde Arzt unterstützt Dein Kind bei der Einnahme von JAK-Hemmern.
- Denn neben der Voruntersuchung erfolgen während der Einnahme von JAK-Hemmern regelmäßige Laborkontrollen, um die Wirkung der Behandlung zu überwachen und mögliche Nebenwirkungen früh zu erkennen.



▶ Immunsuppressiva

Immunsuppressiva sind Medikamente, die das Immunsystem hemmen und dadurch die mit Neurodermitis verbundenen Entzündungen reduzieren.

Immunsuppressiva

- können verschrieben werden, **wenn topische Therapien nicht ausreichen** und die Lebensqualität durch die Neurodermitis-Symptome stark beeinträchtigt wird.
- wirken **systemisch**, meist als **orale Medikamente**, werden aber i. d. R. nur über **kurze Zeit** eingesetzt, bevor auf andere Therapien umgestellt wird.

Es gibt verschiedene Substanzen mit eigenen Anwendungs- und Nebenwirkungsprofilen.

Auch Glukokortikoide zum Einnehmen zählen zu den **Immunsuppressiva**. Auch sie werden nur kurzzeitig bei akuten Schüben genutzt, da eine längere Einnahme das Nebenwirkungsrisiko erhöht.

Regelmäßige Kontrollen beim Dermatologen oder Kinderarzt sind erforderlich, um Wirkung und Sicherheit der Therapie zu überwachen.

2.4 MEHR TUN – WAS HILFT NEBEN MEDIKAMENTEN? SINNVOLLE BEGLEITTHERAPIEN

Ergänzend zur medikamentösen Therapie können eventuell nicht-medikamentöse Therapieverfahren helfen.

- **Klimatherapie**
Reizklimazonen wie Nord- und Ostseeküste oder Hochgebirge können einen positiven Effekt auf die Neurodermitis haben. Längere Aufenthalte wirken sich im Allgemeinen positiv auf die Erkrankung aus.
- **Phototherapie (Lichttherapie)**
Bestimmtes UV-Licht (UV-A oder UV-B) ist in der Lage, den Hautzustand zu verbessern, da es Einfluss auf Haut- und Immunzellen hat. Allerdings sollte eine Lichttherapie nur unter ärztlicher Aufsicht erfolgen, da eine fehlerhafte Durchführung das Risiko für Hautkrebs erhöhen kann.
- **Psychologische Behandlung**
Wenn der Leidensdruck durch die Erkrankung zu hoch ist, kann eine seelische Betreuung oder Psychotherapie auch bei Kindern und Jugendlichen Hilfe bei der Bewältigung ihres Alltags geben. Auch das Erlernen von Entspannungstechniken kann unterstützend wirken.



● **Eliminationsdiäten**

Das Streichen bestimmter Nahrungsmittel kann die Ekzemintensität verringern. Eine entsprechende Diät ist allerdings nur im Fall einer tatsächlich vorherrschenden Allergie zielführend. Außerdem sollte man sich darüber im Klaren sein, dass Diäten zu einer Mangel- bzw. Fehlernährung und so zu einer Verschlechterung des Gesundheitszustandes führen können. Daher sollten spezielle Ernährungsformen immer nur unter ärztlicher Aufsicht erfolgen. Liegen tatsächlich Nahrungsmittelallergien vor, muss in Absprache mit einem Arzt ggf. der Ernährungsplan angepasst werden, da die Allergene als Provokationsfaktoren Entzündungsprozesse und somit auch Neurodermitis-Schübe auslösen können.

● **Neurodermitis-Schulungen**

Vor allem bei Kindern und Jugendlichen mit Neurodermitis können spezielle Schulungen das Krankheitsverständnis und den selbstbestimmten Umgang mit der Erkrankung fördern. Das erlangte Wissen kann genutzt werden, um den Verlauf der Neurodermitis aktiv positiv zu beeinflussen. Viele Schulungen sind speziell für Eltern oder auch für Eltern und Kinder gemeinsam vorgesehen. Je mehr Betroffene z.B. über medizinische Hintergründe, Strategien zur Juckreizlinderung und den Umgang mit psychosozialen Belastungen wissen, desto leichter fällt das Leben mit der Erkrankung. Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen in der Regel die Kosten der Schulungen für Eltern und Kind. Erkundigt Euch! Mehr Infos dazu im letzten Kapitel „Hilfsangebote“.



▶ **Weitere begleitende Maßnahmen**

- Psychologische Unterstützung, z.B. Familientherapie, Psychotherapie, Akzeptanztherapie oder Selbstmanagement-Therapie
- Entspannungstechniken wie Yoga, Meditation, autogenes Training oder Atemtherapie
- Reha-Aufenthalte
- Ernährungsberatung



3. ALLTAG LEBEN

3.1 JUCKREIZ – DER STÄNDIGE BEGLEITER TIPPS FÜR DEN ALLTAG	25
3.2 DER JUCK-KRATZ-KREISLAUF ERKLÄRUNG UND BEDEUTUNG	26
3.3 KÖRPERPFLEGE – DIE BASIS ENTSPANNTER HAUT BEDEUTUNG UND HILFREICHE TIPPS	27
3.4 SCHLAF – ERHOLUNG FÜR KÖRPER UND GEIST BEDEUTUNG UND HILFREICHE TIPPS	28
3.5 GESUNDE ERNÄHRUNG WAS GIBT ES ZU BEACHTEN?	29
3.6 HAUTNAH DRAN – KLEIDUNG HILFREICHE TIPPS	30

Leben mit Neurodermitis kann eine Herausforderung sein. Für Dein Kind und für die ganze Familie. Vielleicht fühlst Du Dich manchmal überfordert. Erwinnere Dich dann daran, wie schön das Leben sein kann. Genießt zusammen die unbeschwertten Momente und gestaltet Euer Leben aktiv! Das setzt voraus, dass Ihr die Krankheit akzeptiert und sie in Euer Leben einbindet.

3.1 JUCKREIZ – DER STÄNDIGE BEGLEITER TIPPS FÜR DEN ALLTAG

Das Thema Jucken und Kratzen wird Dich viele Jahre begleiten und auch für schlaflose Nächte sorgen – das ist ein Fakt. Aber das ist kein Grund zu verzweifeln, denn es gibt Medikamente, die helfen können. Sprich mit dem behandelnden Dermatologen bzw. Kinderarzt, damit Ihr gemeinsam eine geeignete Behandlung auswählen könnt.

Nicht kratzen – das ist leichter gesagt als getan. Kratzen ist jedoch nicht gleich Kratzen. Sobald Dein Kind alt genug ist, kannst Du mit ihm alternative Kratzmethoden üben, zum Beispiel mit der flachen Hand oder den Knöcheln. Es kann auch helfen, die juckende Stelle zu kneten, sie zu massieren, abzuklopfen, zu drücken oder zu streicheln.

Tipps gegen Juckreiz

- Kühlende Umschläge oder eine Kühlkomresse aus dem Kühlschrank können den Juckreiz lindern.
- Das Tragen von leichten Baumwollhandschuhen in der Nacht verhindert das unbewusste Kratzen im Schlaf.



Tipps gegen Juckreiz

- Es gibt auch spezielle Anti-Juckreiz-Sprays, die den Juck-Kratz-Kreislauf unterbrechen.
- Kurz geschnittene und glatt gefeilte Fingernägel verhindern starke Hautirritationen.
- Vor allem Ablenkung kann helfen, den Juckreiz zu vergessen. Findet gemeinsam etwas Schönes, Spannendes oder Spaßiges, das vom Juckreiz ablenkt.

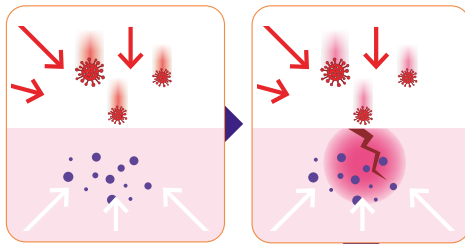


3.2 DER JUCK-KRATZ-KREISLAUF ERKLÄRUNG UND BEDEUTUNG

Besonders belastend ist der oft unerträgliche und anhaltende Juckreiz. Er löst einen kaum zu beherrschenden Kratzdrang aus und führt zu schlaflosen Nächten und Beeinträchtigungen des Alltags. Auch wenn Du es nicht ganz unterbinden kannst, ist es wichtig, dass Dein Kind möglichst wenig kratzt. Kratzen verschafft nur für einen kurzen Moment Linderung; langfristig führt es zu stärkerem Juckreiz, Entzündungen und offenen Stellen.

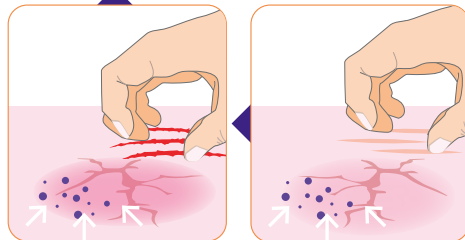
1. Geschädigte Hautbarriere

Die Barrierefunktion der Haut ist geschädigt. Reizstoffe und Allergene können leichter eindringen.



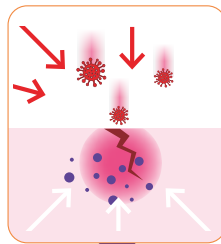
4. Kratzen

Kratzen als Reaktion auf den Juckreiz schädigt die Haut, wodurch Allergene, Bakterien und Viren eindringen können. Dies führt zu weiteren Entzündungen. Der Juck-Kratz-Kreislauf beginnt.



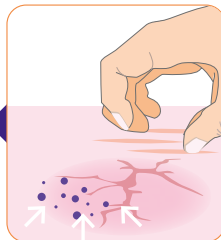
2. Rötung

Das Immunsystem reagiert mit Entzündung. Diese ist an der Rötung der Haut erkennbar.



3. Juckreiz

An der entzündeten, geröteten Stelle beginnt die Haut zu jucken.



3.3 KÖRPERPFLEGE – DIE BASIS ENTSPANNTER HAUT BEDEUTUNG UND HILFREICHE TIPPS

Konsequente Hautpflege ist eine wichtige Aufgabe und das Eincremen gehört zur täglichen Routine. Eine liebevolle und sanfte Massage, verbunden mit beruhigender Musik, einer schönen Geschichte oder einem ruhigen Spiel, bringen die kleinen Patienten dazu, das Eincremen schon ganz früh mit positiven Erfahrungen zu verbinden. So wird daraus ein schönes Ritual, auf das sich Dein Kind sogar freuen kann. Und je älter und eigenständiger es wird, umso wahrscheinlicher ist es, dass es selbst ein schönes Ritual aus der Körperpflege macht, anstatt sie genervt abzuarbeiten.

Es wird auch Phasen geben, in denen Dein Kind keine Lust auf das tägliche Eincremen hat. Dann heißt es: geduldig bleiben. Atme tief durch und halte einen Moment inne, denn Stress und Hektik können sich übertragen.



Geduld kann man üben und der erste Schritt zu mehr Gelassenheit ist Akzeptanz.

Übrigens solltest Du Geduld nicht nur Deinem Kind entgegenbringen, sondern auch Dir selbst.

Tipps zur Körperpflege

- Seifenfreie und pH-neutrale Pflegeprodukte ohne Parfüm nutzen.
- Baden ist besonders bei Kleinkindern oft besser als Waschen oder Duschen und fördert auch die Nähe zwischen Kind und Eltern. Das Wasser sollte dabei nicht zu heiß sein (ca. 30 °C). Wichtig ist auch eine kurze Badedauer (ca. 5 Minuten), denn langes Baden trocknet die Haut aus.
- Nach dem Baden oder Duschen ist es besser, die Haut nur sanft trocken zu tupfen, anstatt sie abzureiben.
- Das tägliche Eincremen ist generell sehr wichtig, ganz besonders nach dem Duschen.



3.4 SCHLAF – ERHOLUNG FÜR KÖRPER UND GEIST

BEDEUTUNG UND HILFREICHE TIPPS

Kinder haben durch ihre Erkrankung oft Schlafprobleme. Schätzungsweise 7 von 10 Kindern mit Neurodermitis leiden unter Schlafmangel.

Quelle: Eczema Society of Kanada.

Um die Herausforderungen des Alltags gut bewältigen zu können, sollte Dein Kind lernen, dem Tag-und-Nacht-Rhythmus zu folgen. Das heißt: Macht die Nacht nicht zum Tag. Vermeidet am Abend Aufregung, zu spannende Bücher oder digitale Medien. Unterstütze Dein Kind immer liebevoll beim Einschlafen.

Tipps bei Schlafstörungen

- In einem kühlen, gut gelüfteten Schlafzimmer schläft es sich besser – Schweiß kann ein möglicher Auslöser für Juckreiz sein.
- Schlafkleidung sollte leicht und atmungsaktiv sein, z.B. aus dünner Baumwolle.
- Liebevolle Einschlafrituale helfen, trotz Juckreiz gut ein- und möglichst durchzuschlafen.



► Milben – kleine Quälgeister

Milben lieben ein warm-feuchtes Umfeld und leben von abgestorbenen Hautschuppen. Sie mögen aber keine frische Luft und Bewegung. Daher ist es wichtig, jeden Morgen Kopfkissen, Bettdecke und Kuscheltiere gut auszuschütteln und das Zimmer gut zu lüften. Um allergischen Reaktionen vorzubeugen, verwende Bettwäsche, die bei 60 Grad waschbar ist. Kuscheltiere kannst Du ab und zu für einen Tag in die Tiefkühltruhe legen.



Tipp

Antiallergene Bettbezüge (Encasings) sind für Milben und deren Exkremente undurchlässig.

3.5 GESUNDE ERNÄHRUNG

WAS GIBT ES ZU BEACHTEN?

Eine spezielle Neurodermitis-Diät gibt es nicht. Gesundes und abwechslungsreiches Essen mit möglichst wenigen Einschränkungen ist in der Regel das Beste für ein Kind – für die körperliche Entwicklung, aber auch die psychische. Denn in einem Leben, in dem die Neurodermitis so manches bestimmt, ist es wunderbar, essen zu können, was schmeckt.



Etwa jedes zweite bis dritte Kind mit Neurodermitis reagiert allergisch gegen bestimmte Nahrungsmittel. Doch nur bei etwa jedem dritten moderat bis schwer betroffenen Kind führt dies tatsächlich zu einer Verschlechterung des Hautbildes. Also sind übermäßige Einschränkungen bei der Nahrungsmittelwahl selten notwendig. Hast Du den Verdacht, dass Dein Kind auf ein bestimmtes Nahrungsmittel allergisch reagiert, kannst Du dieses, nach Rücksprache mit dem Arzt, versuchsweise vom Speiseplan streichen. Verschwindet die Allergie, hast Du den Auslöser sehr wahrscheinlich gefunden.

Quellen: S3-Leitlinie Atopische Dermatitis (AD).

► Nahrungsmittelallergien verschwinden manchmal wieder, sodass nach ein oder zwei Jahren das Nahrungsmittel durchaus wieder vertragen wird

Wenn Du sichergehen willst, solltest du den behandelnden Dermatologen bzw. Kinderarzt einbeziehen. Spezielle Allergietests können Vermutungen medizinisch absichern. Ernährungsberater haben tolle Ideen, wie Nahrungsmittel kreativ ersetzt werden können. Meist reichen hier schon 1–2 Stunden, um eine kindgerechte und abwechslungsreiche Kost zusammenzustellen.



3.6 HAUTNAH DRAN – KLEIDUNG

HILFREICHE TIPPS

Kleidung hat meist direkten Kontakt zur Haut und kann diese schnell reizen. Deshalb gibt es einige Tipps, die bei der Wahl der Kleidung zu beachten sind:

Tipps zur Kleidung

- Die Kleidung sollte glatt, saugfähig und luftdurchlässig sein. Am wohlsten fühlt sich empfindliche Haut in lockerer Baumwoll- oder Leinenkleidung.
- Enge, raue und synthetische Kleidung sollte vermieden werden. Auch Kleidung aus Wolle kann die Haut reizen.
- Wärme oder gar ein Hitzestau lösen sehr schnell einen starken Juckreiz aus. Daher empfiehlt sich ein Lagenlook, sodass je nach Außentemperatur die Schichten angepasst werden können.
- Neue Kleidungsstücke sollten vor dem Tragen gewaschen werden, um Schadstoffe auszuspülen. Entferne auch Etiketten in der Kleidung, damit nichts auf der Haut reibt.





Für Babys und Kleinkinder ist die Haut ein besonders wichtiges Sinnesorgan. Sanfte Berührungen und liebevolles Streicheln vermitteln ihnen nicht nur Sicherheit und Geborgenheit, sondern auch ein Gefühl für den eigenen Körper, seine Ausmaße und Grenzen. Verlasse Dich beim Hautkontakt auch auf Dein Gespür – Du weißt meist recht gut, was Deinem Kind guttut und was es nicht mag.



4. 0 BIS 5 JAHRE

4.1 NEURODERMITIS BEI SÄUGLINGEN

WAS IST BEI DEN GANZ KLEINEN ZU BEACHTEN? 34

4.2 NEURODERMITIS BEI KLEINKINDERN

DER RICHTIGE UMGANG MIT DER ERKRANKUNG 37

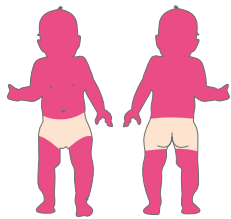
4.1 NEURODERMITIS BEI SÄUGLINGEN

WAS IST BEI DEN GANZ KLEINEN ZU BEACHTEN?

► Erste Anzeichen beachten

Säuglinge zeigen oft als erste Symptome Milchschorf, gerötete, schuppende Haut und Juckreiz. Neben Milchschorf zeigen Säuglinge mit Neurodermitis bald weitere Symptome. Aus den geröteten Hautstellen entwickeln sich stark juckende, schuppige Ekzeme. Gleichzeitig ist die Haut trocken. Ekzeme treten vor allem im Gesicht, an den Ohren und an anderen Stellen am Kopf auf.

Der Windelbereich ist bei Säuglingen und Kleinkindern mit Neurodermitis in den meisten Fällen nicht betroffen. Babys und Kleinkinder können frühzeitig behandelt werden. So lässt sich oft verhindern, dass sich die entzündliche Hauterkrankung stärker ausbreitet.



Typische Körperstellen bei Babys und Säuglingen

Wichtiger Hinweis:

Nicht jeder Säugling mit Milchschorf hat auch tatsächlich Neurodermitis. Oft heilt der Milchschorf bis zum 2. Lebensjahr aus, und es zeigen sich keine weiteren Merkmale einer Neurodermitis.

Wenn in Deiner Familie bereits atopische Erkrankungen bekannt sind, ist das Erkrankungsrisiko für Dein Kind erhöht. Dann ist es umso wichtiger, einige Maßnahmen zu berücksichtigen:

- Kinder, die ein erhöhtes Risiko haben, an einer Neurodermitis zu erkranken, und die nicht voll gestillt werden, sollten, in Absprache mit dem Kinderarzt, hypoallergene Säuglingsnahrung erhalten. Für Babys ohne eine familiäre Vorbelastung für Neurodermitis und andere atopische Erkrankungen ist solch spezielle Säuglingsnahrung nicht nötig.
- Für stillende Mütter kann eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung mit vielen Omega-3-Fettsäuren sinnvoll sein. Diese können Entzündungsprozesse reduzieren und das Immunsystem stärken. Sie sind z.B. in fettem Fisch wie Lachs und Makrele, aber auch pflanzlich in Leinöl oder Avocados enthalten.

- Für Kinder, die ein erhöhtes Risiko haben, an einer Neurodermitis zu erkranken, ist es besser, wenn im Haushalt möglichst keine Haustiere leben.

Neurodermitis macht Babys und Kleinkindern schwer zu schaffen. Die Kleinen verstehen nicht, was mit ihnen los ist – sie wissen ihr Unwohlsein und ihre Beschwerden nicht anders auszudrücken als durch Schreien und Unruhe. Ablenkung, Geduld und liebevolle Zuwendung können ihnen helfen, sich zu entspannen.

Jede innige und achtsame Berührung setzt bei Deinem Kind positive Gefühle frei, die Stress und Ängste reduzieren und damit auch der Haut spürbar guttun.

► Hautpflege von Anfang an

Die Hautbarriere bei gesunden Säuglingen ist noch nicht vollständig ausgebildet. Die Thermoregulation ist mangelhaft, da die Schweißdrüsen nicht richtig arbeiten. Zudem ist die Lipidbarriere noch nicht vollständig entwickelt.

Eine konsequente und liebevolle Hautpflege ist von Anfang an unerlässlich. Das gilt auch in Phasen, in denen die Haut gesund wirkt. Die Basistherapie hilft dabei, dass Symptome sich nicht verschlimmern, und kann neuen Krankheitsschüben entgegenwirken.



- **Baden:** Das Säuglingsbad hat positive Effekte. Die Förderung der Eltern-Kind-Bindung ist sicher einer der bedeutsamsten. Um die Haut nicht zusätzlich auszutrocknen, solltest Du Dein Kind aber nicht zu häufig baden. Nutze rückfettende Badezusätze. Das Badewasser sollte eine lauwarme Temperatur von etwa 30 Grad haben. Tupfe die Haut nach dem Baden ab, anstatt sie trocken zu reiben.
- **Pflegeprodukte:** Babys brauchen noch keine speziellen Pflegeprodukte wie Shampoos oder Seifen. Es reicht völlig aus, Haare und Körper der Kleinen mit klarem Wasser zu waschen.
- **Schwere Ekzeme:** Hier empfiehlt sich, in Absprache mit dem Arzt, zwei- bis dreimal pro Woche ein Ölbad.

Was tun gegen das Kratzen in der Nacht?

Für Säuglinge und Kleinkinder gibt es spezielle Baumwollhandschuhe, damit sie sich nicht selbst verletzen. Die Schlafkleidung ist am besten bis zum Hals geschlossen. Je weniger Hautstellen freiliegen, desto geringer ist die Gefahr, dass Dein Kind sich im Schlaf aufkratzt.



► Nicht immer einfach – rechtzeitig um Hilfe bitten

Säuglinge und Kleinkinder sind auf ihre Eltern angewiesen, vor allem wenn sie noch klein sind. Sie brauchen Unterstützung – auch ohne Neurodermitis. Kommen die Herausforderungen der chronischen Erkrankung hinzu, kann das für alle zu einer enormen Belastung werden.

Dann ist es gut zu wissen, dass man Menschen um sich hat, die man um Hilfe bitten kann. Auch professionelle Unterstützung kann im Alltag guttun. Viele Entscheidungen werden wahrscheinlich leichter fallen, wenn Du den Rat von Experten einholst, denen Du vertraust. Suche Dir Berater und Begleiter, bei denen Du Dich gut aufgehoben fühlst.

Konkret nach Hilfe zu fragen fällt manchmal schwer. Vielleicht willst Du niemandem zur Last fallen, oder es ist Dir unangenehm, etwas nicht zu schaffen. Überlege Dir in Ruhe, wo Unterstützung gut wäre und wo Du darauf verzichten kannst. Zögere nicht, das offen anzusprechen, damit Du Ruhe-

pausen hast, in denen Du Kraft sammeln kannst. Im Rahmen von Neurodermitis-Schulungen werden auch die Themen der psychischen Belastung angesprochen. Nutze das Netzwerk aus Fachkreisen wie Dermatologen, Kinderärzten, Psychotherapeuten und Krankenkassen für Dich.



Hilfreiche Links, Adressen und Apps
findest Du ab **Seite 56**.

NEURODERMITIS BEI KLEINKINDERN DER RICHTIGE UMGANG MIT DER ERKRANKUNG

Je älter Kinder werden, umso mehr Wörter nutzen sie. Allerdings ist die Sprache eines Kindes mit 3 Jahren noch einfach und der Wortschatz recht klein. Das hält die Kleinen aber nicht davon ab zu reden.

Sind die Möglichkeiten, sich sprachlich mitzuteilen, noch begrenzt, ist es wichtig, dass das Kind Zeit hat, Gedanken und Gefühle auszudrücken. Dabei können Spiele oder Hilfsmittel wie Buntstifte helfen. Es gibt viele Formen, wie sich Kinder äußern können, und jedes Kind macht das anders.



▶ **Mit Geduld und Aufmerksamkeit wird es leichter, die Sprache Deines Kindes in jedem Alter zu verstehen**

Von Jahr zu Jahr wird Dein Kind mehr Wörter nutzen und kann Dir genauer sagen, was es bedrückt und was ihm gerade helfen würde. Es wird einfacher, Dinge zu erklären, denn Dein Kind wird immer verständiger und kann Zusammenhänge besser begreifen. Sprich mit Deinem Kind altersgerecht und „verbreite“ Informationen nur in kleinen Portionen.

▶ **Vorleben statt vorlesen**

Eine wichtige Ebene der Kommunikation kommt ganz ohne Worte aus. Kinder schauen sich viele Dinge von ihren Eltern ab. Deshalb ist es wichtig, dass Du Deinem Kind einen liebevollen Umgang mit seiner eigenen Haut vorlebst und es so annimmst, wie es ist. Je selbstverständlicher und geduldiger Du die notwendigen Pflegeroutinen angehst, umso leichter wird es Deinem Kind später fallen, diese in sein Leben zu integrieren.

▶ **Neurodermitis in der Kita oder im Kindergarten**

Möglicherweise wird Dein Kind in der Kita oder im Kindergarten auf seine Neurodermitis angesprochen. Sprich mit den Erziehern und erkläre ihnen die Belastungen durch die Neurodermitis. Je mehr das Umfeld über medizinische Hintergründe, Symptome und Auswirkungen der Neurodermitis weiß, desto kompetenter kann es damit umgehen und gegen Vorurteile und Missverständnisse angehen.





Wenn Dein Kind in die Schule geht, beginnt eine wichtige Lebensphase. Jetzt werden körperliche und geistige Grundlagen für das Erwachsenwerden gelegt. Dein Kind wird immer eigenständiger, versteht mehr und mehr Zusammenhänge und kann Schritt für Schritt in eine aktive Rolle im Umgang mit seiner Krankheit hineinwachsen.



5. 6 BIS 11 JAHRE

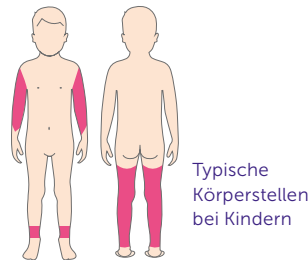
NEURODERMITIS BEI KINDERN ZWISCHEN 6 UND 11 JAHREN

WAS IST ZU BEACHTEN? 42

NEURODERMITIS BEI KINDERN ZWISCHEN 6 UND 11 JAHREN

WAS IST ZU BEACHTEN?

Bei älteren Kindern verändert sich oft die Lage der Hautveränderungen. Im Kindergarten- und Grundschulalter „wandern“ die Ekzeme zu den Ellenbeugen und Kniekehlen sowie den Fuß- und Handgelenken.



Typische Körperstellen bei Kindern

Da die Erkrankung schubförmig verläuft, gibt es immer wieder Phasen, in denen die Kinderhaut nahezu gesund erscheint. Doch auch wenn es für das Auge nicht sichtbar ist: Die Entzündung unter der Haut ist immer da.

Ruhige Phasen wechseln sich häufig mit solchen ab, in denen stark juckende, entzündete Stellen das Hautbild bestimmen. Die Kinder befinden sich in diesen akuten Schüben häufig in einem belastenden Teufelskreis aus Jucken und Kratzen.

► So viel wie nötig, so wenig wie möglich

Besonders wichtig sind jetzt kindgerechte Erklärungen. Damit stellst Du Deinem Kind das „Handwerkszeug“ für den Umgang mit seiner Erkrankung bereit. Die Neurodermitis sollte jedoch nicht als Dauerthema alles andere überschatten. Ganz nach der Devise: „So wenig wie möglich und so viel wie nötig“.

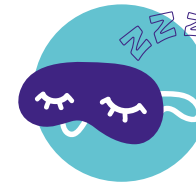
Vereinbart Zeiten, in denen über die Krankheit gesprochen wird. Dafür redet Ihr sonst so wenig wie möglich darüber. Eine solche Vereinbarung kann die ganze Familie entlasten, weil auch Geschwister darunter leiden können, wenn sich die Gespräche immer wieder um das gleiche Thema drehen.

► Geregelte Zeiten

Ein strukturierter Tagesablauf, in dem das Pflegen und das Eincremen fest verankert sind, kann Deinem Kind beim Umgang mit der Neurodermitis helfen. Besprecht, wie es diese Zeiten gestalten möchte, und macht das Pflegeritual zu einem schönen Teil des Tages. Mochte Dein Kind früher besonders vorgelesene Geschichten, machen ihm nun vielleicht Hörspiele mehr Spaß.

Es ist wichtig, Deinem Kind einen liebevollen Umgang mit seiner Haut vorzuleben – behutsame Streicheleinheiten und Zuwendung können ihm im Alltag Halt geben und es lehren, seine Haut zu akzeptieren.

► Einschlafen, durchschlafen, durchstarten



Zu den belastenden Begleiterscheinungen der Neurodermitis gehört der Schlafmangel, der oft die ganze Familie betrifft. Mehr als 55 % der Eltern, deren Kind an Neurodermitis leidet, sind von Schlafstörungen betroffen. Daher ist es wichtig, eine gute Schlafroutine zu entwickeln.

Quelle: Eczema Society of Kanada. Oktober 2024)

Eigene Grenzen erkennen und wahren

Als Vater oder Mutter willst Du Deine Belastung vielleicht nicht zeigen und stellst Deine Bedürfnisse zurück. Es ist jedoch wichtig, dass Du Dich nicht überlastest und Dir eigene Freiräume bewahrst. Das hat nichts mit Egoismus zu tun.

Wird die Situation für Dich mal zu viel, frage die Großeltern, andere Familienmitglieder oder Freunde, ob sie mal einspringen und Dich unterstützen können.

Wenn es möglich ist, können kleine Ruhepausen am Tag die Energiespeicher wieder füllen. Versucht, Eure Tage deshalb nicht zu voll zu packen und plant Zeit für Erholungsphasen ein.

► Neurodermitis in der Schule

Ein gestörter Schlaf in der Nacht führt nicht selten zu Konzentrations- und Leistungseinbußen am Tag. Kinder mit Neurodermitis können deshalb im Unterricht oft nicht ihr volles Potenzial ausschöpfen. Es kann auch passieren, dass Dein Kind wegen seiner Erkrankung vermehrt Fehltage hat. Die folgenden Tipps können helfen, verpassten Lernstoff nachzuarbeiten und den Anschluss nicht zu verlieren.

► **Beziehe die Lehrer mit ein**

Informiere die Lehrer in der Schule über die Herausforderungen der Neurodermitis und erkläre ihnen, wie die Krankheit verläuft und welche Auslöser es gibt. So können sie verständnisvoll damit umgehen und auch Mitschüler darauf einstellen. Nach einer langen Fehlzeit kann der zuständige Vertrauenslehrer Deinem Kind helfen, wieder in den Schulalltag zurückzufinden.

► **Sport und Bewegung**

Je nach Krankheitsschwere oder aufgrund von akuten Schüben kann eine Befreiung vom Sportunterricht empfehlenswert sein. Gleiches gilt, wenn Dein Kind übermüdet und dadurch eventuell unfallgefährdet ist. Verträgt es Chlorwasser schlecht, kannst Du es auch vom Schwimmunterricht befreien lassen.

Dein Kind sollte sich aber nicht dauernd schonen. Kinder wollen sich bewegen und sie brauchen das Herumtoben mit anderen für ihre psychische und soziale Gesundheit. Der eigene Schweiß kann die Haut jedoch reizen und Juckreiz hervorrufen. Nach dem Toben wäre es gut, wenn Dein Kind sich kurz abduscht, um das Nachschwitzen zu verhindern. Wenn das nicht möglich ist, kannst Du Deinem Kind Kleidung zum Wechseln mitgeben. Vor allem bei Sport und Bewegung bietet sich atmungsaktive Kleidung an, die Schweiß vom Körper wegtransportiert. Diese sollte jedoch nicht zu eng anliegen – das könnte die Haut sonst reizen.



► **Mobbing**

Dein Kind wird eventuell auf die sichtbaren Symptome der Neurodermitis angesprochen und deswegen gemobbt. So etwas sollte nie ignoriert werden. Je besser Dein Kind über seine Erkrankung Bescheid weiß, desto erfolgreicher kann es sich gegen Mobbing wehren. Sprich mit ihm darüber, dass die Krankheit nicht ansteckend ist, dass viele Kinder Neurodermitis haben und warum das so ist.

Erkläre Deinem Kind, dass es nicht seine Schuld ist, wenn andere es mobben oder hänseln, und dass es Dir oder einem anderen Erwachsenen – zum Beispiel einem Lehrer – Bescheid geben soll.

Gib Deinem Kind Zeit und Gelegenheit, von sich aus über Probleme und Ängste zu sprechen. Fällt es ihm schwer, seine Gefühle mitzuteilen, und reagiert es nicht gut auf direkte Fragen? Dann ist es vielleicht besser, ihm ganz allgemeine Fragen über seinen Tag zu stellen und zu beobachten, ob sich sein Verhalten ändert.





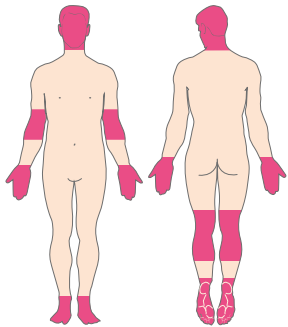
Der Übergang vom Kind zum Erwachsenen ist eine besondere Phase im Leben. Jugendliche übernehmen mehr und mehr Verantwortung und treffen eigene Entscheidungen. Sie wollen sich abgrenzen und brauchen doch immer wieder Unterstützung. Der Balanceakt zwischen Helfen und Freiraum zu lassen kann eine Herausforderung sein. Fundiertes Wissen und Verständnis für die Anliegen Deines Kindes können Dich unterstützen.

6. 12 BIS 18 JAHRE

NEURODERMITIS BEI JUGENDLICHEN ZWISCHEN 12 UND 18 JAHREN
 WAS IST ZU BEACHTEN? 48



NEURODERMITIS BEI JUGENDLICHEN ZWISCHEN 12 UND 18 JAHREN WAS IST ZU BEACHTEN?



Bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen treten Hautveränderungen vornehmlich an Hals und Augenlidern sowie an Ellenbeugen und Kniekehlen auf. Auch Ekzeme an Händen und Füßen sind nicht selten.

Mit zunehmendem Alter können die sichtbaren Krankheitszeichen abnehmen. Die Neigung zu trockener Haut sowie eine erhöhte Ekzembereitschaft bleiben dennoch bestehen.

Typisch für Neurodermitis ist, dass sie sich in Zeiten großer Hormonumstellungen verstärkt verändert – beispielsweise vor Schulbeginn oder mit Eintritt in die Pubertät.

► Auf eigenen Füßen stehen – auch bei der Behandlung

Das Basiswissen über Neurodermitis hat Dein Kind bereits. Jetzt kommt die Zeit, in der es mehr und mehr Verantwortung für die Behandlung übernimmt. Möglicherweise möchte es irgendwann allein zu seinem Hautarzt gehen.

Tipps für das Arztgespräch

- Macht gemeinsam vor dem Gespräch Notizen: Schreibt alle Fragen auf. Es sind alle Fragen erlaubt und gleichermaßen wichtig.
- Auch Einleitungssätze können hilfreich sein, um auf das Thema zu kommen.
- Aufzeichnungen, wie ein Neurodermitis-Tagebuch, sollte Dein Kind mitnehmen, um es im Arztgespräch durchzugehen.
- Ermutige Dein Kind, noch mal nachzufragen, wenn es eine Antwort nicht verstanden hat.



Ein Patiententagebuch und weitere hilfreiche Infomaterialien findest Du auf www.leben-mit-neurodermitis.info/broschueren-und-downloads

Jugendlichen fällt es nicht immer leicht, sich auf ihre Gesundheit zu fokussieren oder Arzttermine einzuhalten. In der Erwachsenenmedizin ist außerdem oft weniger Zeit für Fragen und es wird viel Selbstständigkeit von den jungen Patienten verlangt. Erste selbstständige Besuche kannst Du deshalb gemeinsam mit Deinem Kind vorbereiten.

► Chronisch krank heißt nicht chronisch schwach

Es ist ganz normal, dass Du Dich um Dein Kind sorgst. Gerade wenn es an einer chronischen Krankheit wie Neurodermitis leidet. Dabei kann es passieren, dass Du in bester Absicht zu viel übernimmst. Und sicher gibt es schwache Momente, in denen es Deinem Kind nicht gut geht und ihm alles einfach zu viel wird.

Denke immer wieder daran: Dein Kind ist auch stark. Zu viel Hilfe kann es erdrücken und untergräbt seine Selbstständigkeit. Vielleicht fühlt es sich sogar schuldig, weil es Dir Sorgen bereitet. Deshalb ist es wichtig, dass Dein Kind seine Eigenständigkeit und Stärke erkennen kann und zu nutzen lernt. Das Ziel Deiner Unterstützung sollte eine realistische Balance zwischen Helfen und Fordern sein.

► Spieglein, Spieglein – Aussehen und Image

In der Pubertät kann schon ein Pickel zur Katastrophe werden. Aussehen und Image sind jetzt besonders wichtig. Viele junge Patienten mit Neurodermitis gehen sozialen Kontakten deshalb aus dem Weg – aus Angst, darauf angesprochen, abgelehnt oder gar ausgelacht zu werden.



Die psychische Belastung für Dein Kind kann enorm sein. Sollte sie überhandnehmen, kann professionelle Unterstützung sinnvoll sein. Sie hilft Deinem Kind, eine seelische „Rüstung“ aufzubauen, damit es innere Stärke und Stabilität entwickeln kann. Externe Unterstützung kann für Euer Miteinander eine große Hilfe sein.

Da Jugendliche unterschiedlich mit der Erkrankung und ihren Begleiterscheinungen umgehen, kann es notwendig sein, verschiedene Maßnahmen auszuprobieren, um herauszufinden, was Deinem Kind am besten hilft.

► Das geht unter die Haut – Nähe und Intimität

In der Pubertät bauen Jugendliche wichtige Beziehungen mit Menschen auf, die nicht zur Familie gehören, und der Freundeskreis spielt eine große Rolle. Jugendliche mit Neurodermitis haben es dabei oft schwer. Aus Scham und wegen der Reaktion ihres Umfeldes entwickeln sie nicht selten Berührungsängste und versuchen, ihre Haut zu verstecken. Nähe und Intimität sind meist schwierige Themen. Hier kann Dein Kind vor allem von Menschen unterstützt werden, die in einer ähnlichen Situation sind.

► Komme zur Community

Es ist wichtig, Deinem Kind zu zeigen, dass es nicht allein ist und dass es Gleichaltrige findet, die eine ähnliche Situation teilen. Selbsthilfegruppen können ein guter Weg sein, um mit Menschen zusammenzukommen, die mit den gleichen Problemen kämpfen.

Auch das Internet und die sozialen Medien können Deinem Kind Zugang zu einer seriösen und informativen Betroffenen-Community bieten. Dabei solltest Du allerdings beachten, dass es die digitalen Medien nicht als Zuflucht nutzt, um realen Kontakten aus dem Weg zu gehen.



Hinweise, aktuelle Lernmodule oder Publikationen können Deinem Kind Impulse und Anregungen geben, damit es lernt: Ich bin nicht allein und ich kann auch mit Neurodermitis mein Leben gestalten und verändern.



7. HILFSANGEBOTE, TIPPS UND ADRESSEN

Jetzt ist es an der Zeit, mit Selbstvertrauen in den nächsten Termin zu gehen, mit fundiertem Wissen mit Deiner Erkrankung umzugehen und mit Zuversicht in die Zukunft zu blicken.



Das ist Deine starke Seite!

Alles was Du über Neurodermitis wissen solltest, findest Du auf unserer Website. Hier berichten betroffene Blogger über ihr Leben und ihren Alltag mit Neurodermitis. Lasse Dich inspirieren.



[leben-mit-neurodermitis.info](https://www.leben-mit-neurodermitis.info)

Tausche Dich aus!

Über 14.000 Betroffene und Interessierte sind schon auf Instagram dabei und geben ihre Erfahrungen weiter. Werde Teil der Neurodermitis-Community!



[@leben_mit_neurodermitis.info](https://www.instagram.com/@leben_mit_neurodermitis.info)

Die kostenlose Service-Hotline

Du hast Fragen oder willst vielleicht einfach nur mal reden? Rufe unser Neurodermitis-Begleiter-Team an. Es hat viel Erfahrung im Umgang mit Neurodermitis, kann Dir mit fundierten Fakten und alltagstauglichen Tipps weiterhelfen und weiß, wo in Deiner Nähe Neurodermitis-Experten zu finden sind.

- Telefon: 0800 40 500 20
- Montag bis Freitag von 8 bis 18 Uhr
- E-Mail: service@meinneurodermitisbegleiter.de

Neurodermitis-Schulungen

Vor allem bei Kindern und Jugendlichen mit Neurodermitis können spezielle Schulungen das Krankheitsverständnis und den selbstbestimmten Umgang mit der Erkrankung positiv beeinflussen. Viele Schulungen sind speziell für Eltern oder für Eltern und Kinder gemeinsam vorgesehen. Die gesetzlichen Krankenkassen übernehmen in der Regel die Kosten der Schulungen. Weitere Informationen findest Du bei der Arbeitsgemeinschaft Neurodermitisschulung (AGNES) e. V. unter:

www.neurodermitisschulung.de

Hautarztsuche

Der Berufsverband der Deutschen Dermatologen (BVDD) unterstützt Dich bei der Hautarztsuche. Besonders Menschen mit speziellen bzw. seltenen Hautleiden finden hier Dermatologen in ihrer Nähe.

www.bvdd.de

Auf unserer Website [leben-mit-neurodermitis.info](https://www.leben-mit-neurodermitis.info) helfen wir Dir gerne dabei, den passenden Dermatologen zu finden.

www.leben-mit-neurodermitis.info/aerztefinder

Allergie-Wegweiser

Über den „Allergie-Wegweiser“ – eine stetig wachsende Datenbank – findest Du Kliniken und Einrichtungen in Deiner Umgebung, die sich auf Allergien, Atemwegs- und Hauterkrankungen spezialisiert haben.

www.allergie-wegweiser.de

Teledermatologie

Bei Neurodermitis tauchen im Alltag immer wieder Fragen auf – und manchmal braucht es rasch ärztlichen Rat oder eine Zweitmeinung. Teledermatologie bringt Dich digital und unkompliziert mit Dermatologen in Kontakt – schnell und ortsunabhängig.

In Zusammenarbeit mit **OnlineDoctor** bieten wir Dir schnellen und sicheren Zugang zu qualifizierten Dermatologen in Deiner Nähe:

www.leben-mit-neurodermitis.info/aerztefinder

Eine Übersicht weiterer Teledermatologie-Anbieter findest Du hier:

www.leben-mit-neurodermitis.info/teledermatologie

Patientenorganisationen

Bundesverband Neurodermitis e.V. **www.neurodermitis.net**

Deutscher Allergie- und Asthmabund (DAAB) e.V. **www.daab.de**

Arbeitsgemeinschaft Allergiekranke Kind – Hilfen für Kinder mit Asthma, Ekzem und Heuschnupfen (AAK) e.V. **www.aak.de**

Deutscher Neurodermitis Bund (DNB) e.V. **www.neurodermitis-bund.de**

Das Netzwerk Autoimmunerkrankter (NIK) e.V. **www.nik-ev.de**

Verwendete Quellen und ergänzende Literatur

Abeck D. Atopisches Ekzem. In: Häufige Hautkrankheiten in der Allgemeinmedizin. Steinkopff, 2010. doi.org/10.1007/978-3-7985-1926-8_4

Allergie Informationsdienst. Neurodermitis und Ernährung. <https://www.allergieinformationsdienst.de/aktuelles/schwerpunktthemen/neurodermitis-und-ernaehrung>; letzter Zugriff: Mai 2026

Al-Naqeeb J et al. J Am Board Fam Med 2019; 32:191–200

Amboss. Atopische Dermatitis. Abrufbar unter: <https://www.amboss.com/de/wissen/atopische-dermatitis>; letzter Zugriff: Mai 2026

Apotheken Umschau. Neurodermitis: Symptome und Therapie. <https://www.apotheken-umschau.de/krankheiten-symptome/hautkrankheiten/neurodermitis-symptome-und-behandlung-734571.html>; letzter Zugriff: Mai 2026

Arzneimittelleitfaden „Checkliste: Indikationsstellung zur Therapie mit JAK-Inhibitoren bei dermatologischen Indikationen“. Aufrufbar unter: <https://www.arzneimittelleitfaden.de/wp-content/uploads/2023/03/Checkliste-JA-KiDermatologie.pdf>; letzter Zugriff: Mai 2026.

Boguniewicz M et al. Ann Allergy Asthma Immunol 2018; 120:10–22

Brown SJ et al. J Allergy Clin Immunol 2008; 121:940–6.e943

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Kindes- und Jugendgesundheit. <https://shop.bzga.de/alle-kategorien/kinder-und-jugendgesundheit>; letzter Zugriff: Mai 2026.

C&EN. The emergence of Biologics; <https://cen.acs.org/biological-chemistry/biotechnology/The-emergence-of-biologics/101/i26?utm>; letzter Zugriff: Mai 2026.

Cardiff University School of Medicine. Children's Dermatology Life Quality Index. <https://www.cardiff.ac.uk/medicine/resources/quality-of-life-questi-onnaires/childrens-dermatology-life-quality-index>; letzter Zugriff: Mai 2026.

Cardiff University School of Medicine. Dermatology Life Quality Index. <https://www.cardiff.ac.uk/medicine/resources/quality-of-life-questionnaires/dermatology-life-quality-index>; letzter Zugriff: Mai 2026.

Chamlin SL et al. Arch Pediatr Adolesc Med 2005; 159:745–50

Czarnowicki et al. J Allergy Clin Immunol 2017; 139:1723–34

De Bruin-Weller M et al. JEADV 2020; 34:1026–36

Deutsche Dermatologische Gesellschaft. Kleine Moleküle gegen Neurodermitis, Psoriasis, Vitiligo und kreisrunden Haarausfall; https://derma.de/fileadmin/derma/DDG-Tagungen/KOMPAKT_2022/K-PM_JAK-Inhibitoren_F.pdf; letzter Zugriff: Mai 2026.

Dhami S, Sheikh A. J R Soc Med 2015; 108:229–36

ECARF. Neurodermitis. <https://www.ecarf.org/info-portal/erkrankungen/neurodermitis>; letzter Zugriff: Mai 2026.

Eichenfield LF et al. J Am Acad Dermatol 2014; 71:116–32

Eigenmann PA et al. Pediatrics 1998; 101:e8

EMA. EMA confirms measures to minimise risk of serious side effects with Janus kinase inhibitors for chronic inflammatory disorders; <https://www.ema.europa.eu/en/news/ema-confirms-measures-minimise-risk-serious-side-effects-janus-kinase-inhibitors-chronic-inflammatory-disorders>; letzter Zugriff: Mai 2026.

EMA. New oral treatment for moderate to severe atopic dermatitis 2020. <https://www.ema.europa.eu/en/news/new-oral-treatment-moderate-severe-atopic-dermatitis>; letzter Zugriff: Mai 2026

European Task Force on Atopic Dermatitis. Dermatology 1993; 186:23–31

Eyerich K et al. Trends Immunol 2015; 36:788–801

Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin (GPA), Elternratgeber „Neurodermitis III: Therapie – Basistherapie und Medikamente“, Stand: April 2020

Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin (GPA), Elternratgeber „Neurodermitis IV: Therapie – Sonstige Maßnahmen“,

Stand: April 2020

Hanifin JM et al. Exp Dermatol 2001; 10:11–8

Heratizadeh A et al. J Eur Acad Dermatol Venereol 2024; 38:157–166.

Kinder- & Jugendärzte im Netz. <https://www.kinderaerzte-im-netz.de/news-archiv/meldung/article/kopfneis-verschwindet-meist-von-selbst>; letzter Zugriff: Mai 2026.

Kindergesundheit-info.de. Neurodermitis bei Kindern. <https://www.kindergesundheit-info.de/themen/krankes-kind/erkrankungen/allergien/neurodermitis>; letzter Zugriff: Mai 2026.

Kurzen H et al. Atopische Dermatitis – Ein praxisnaher Behandlungspfad (2025), https://onkoderm.de/wp-content/uploads/2025/04/onk_AG_AD_Beilage_DD_023_ONLINE.pdf; letzter Zugriff: Mai 2026.

Lewis-Jones MS, Finlay AY. B J Dermatol 1995; 132:942–9

MDM Verlag. Atopische Dermatitis: EU-Zulassung für Baricitinib als ersten JAK-Inhibitor bei mittelschwerer bis schwerer atopischer Dermatitis; <https://www.mdmverlag.com/neurodermitis/eu-zulassung-fu%cc%88r-baricitinib-als-ersten-jak-inhibitor-bei-mittelschwerer-bis-schwerer-atopischer-dermatitis>; letzter Zugriff: Mai 2026.

Mirali S, et al. Clin Exp Allergy 2025; 55:1057–1069.

National Eczema Association. Biologics Are Changing the Landscape of Eczema Treatment; <https://nationaleczema.org/blog/biologics-eczema-treatment>; letzter Zugriff: Mai 2026.

National Eczema Association. Prescription oral. <https://nationaleczema.org/eczema/treatment/immunosuppressants>; letzter Zugriff: Mai 2026

National Eczema Association. Prescription topicals. <https://nationaleczema.org/eczema/treatment/topicals>; letzter Zugriff: Mai 2026.

NHS. Topical corticosteroids. <https://www.nhs.uk/conditions/topical-steroids>; letzter Zugriff: Mai 2026

Niemeier V et al. Hauterkrankungen: Psychologische Grundlagen und Behandlung. Hogrefe. 1. Auflage 2009

Olesen AB et al. Acta Derm Venereol 2005; 85:244–7

Pädiatrische Allergologie in Klinik und Praxis, Sonderheft „Neurodermitis“. Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin e. V. Stand: September 2017

Pädiatrische Allergologie in Klinik und Praxis, Sonderheft „Prävention“. Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin e. V. Stand: September 2018

Pharmazeutische Zeitung. Haut in Bedrängnis. <https://www.pharmazeutische-zeitung.de/ausgabe-142016/haut-in-bedraengnis>; letzter Zugriff: Mai 2026.

Pschyrembel. Atopie. <https://www.pschyrembel.de/Atopie/K035G>; letzter Zugriff: Mai 2026.

Reid P, Lewis-Jones MS. Clin Exp Dermatol 1995; 20:38–41

Ring J et al. J Eur Acad Dermatol Venereol 2012; 26:1045–60

Ring J. Neurodermitis – Atopisches Ekzem. Thieme. ISBN-13: 978-3131466617, 2011

Rodrigues MA, Torres T. Eur Ann Allergy Clin Immunol 2020; 52:45–8

S3-Leitlinie Atopische Dermatitis (AD) [Neurodermitis; atopisches Ekzem]; https://register.awmf.org/assets/guidelines/013-027L_S3_Atopische-Dermatitis-ADNeurodermitis-atopisches-Ekzem_2024-01.pdf; letzter Zugriff: Mai 2026.

Schmitt J et al. Hautarzt 2009; 60:320–27

Silverberg JI et al. Ann Allergy Asthma Immunol 2021; 126:417–428.e2

Silverberg JI et al. Epidemiology of atopic dermatitis in the adolescent population: a cross-sectional study in the United States and Europe.EADV 2019: Poster P1458

Silverberg JI, Simpson EL. Dermatitis 2014; 25:107–14

Silverberg JI, Simpson EL. Pediatr Allergy Immunol 2013; 24:476–86

Silverberg JI. Ann Allergy Asthma Immunol 2019; 123:144–51

Simpson EL et al. J Am Acad Dermatol 2016; 74:491–8

Suárez-Fariñas M et al. J Allergy Clin Immunol 2011; 127:954–64

Thomsen SF. ISRN Allergy 2014; 2014:354250

Weidinger S, Novak N. Lancet 2016; 387:1109–22

Wollenberg A et al. J Eur Acad Dermatol Venereol 2018; 32:657–82

Wollenberg A et al. J Eur Acad Dermatol Venereol 2018; 32:850–78

Worm M et al. J Dtsch Dermatol Ges 2020; 18:1085–1092.