

## Basistherapie atopische Dermatitis („Neurodermitis“)

2-3x tägliche Anwendung einer Pflege ohne medizinischen Wirkstoff, Produktwahl abhängig von Hautzustand und Jahreszeit.

→ Auswahl geeigneter Produkte ohne Anspruch auf Vollständigkeit:

<b>Wenn es der Haut gut geht, d.h. trockene, evtl. schuppene Hautstellen, allenfalls leicht gerötet</b>	
<b>Ganzjährig einsetzbare Pflege:</b>	
<b>Aus dem Drogeriemarkt:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Penaten Pflegecreme ultra sensitiv Gesicht und Körper</li> </ul>	<b>Aus der Apotheke:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allergika Basiscreme</li> <li>• Cera Ve Feuchtigkeitscreme</li> <li>• Cetaphil Feuchtigkeitscreme</li> <li>• Dermatop Basiscreme</li> <li>• Dexeryl Pflegecreme</li> <li>• La Roche-Posay Lipikar Baume AP</li> <li>• Neuroderm Pflegecreme</li> <li>• Neribas Creme</li> <li>• Sanacutan Creme</li> </ul>
<b>Leichte Pflege für den Sommer:</b>	
<b>Aus dem Drogeriemarkt:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Penaten ultra sensitiv Pflegelotion</li> <li>• Babylove ultra sensitive Körperlotion</li> </ul>	<b>Aus der Apotheke:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cera Ve Feuchtigkeitslotion</li> <li>• Neuroderm Pflegelotio</li> </ul>
<b>Reichhaltigere Pflege für den Winter:</b>	
<b>Aus dem Drogeriemarkt:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Balea ultrasensitiv Körperbalsam</li> <li>• Lavera Baby und Kinder Sensitiv Pflegecreme</li> <li>• Weleda Sensitiv-Pflege Körperlotion</li> </ul>	<b>Aus der Apotheke:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alfason Lipomilch junior</li> <li>• Alfason Lipomilch (enthält 5% Harnstoff, ab 5 Jahre!)</li> <li>• Exipial Hydrocreme</li> <li>• La Roche-Posay Lipikar Eczema MED Creme</li> <li>• Neuroderm Pflegecreme lipo</li> </ul>
<b>Wenn sich der Hautzustand verschlechtert, d.h. trockene gerötete Hautstellen</b>	
→ Anwendung zinkhaltiger Produkte	
<b>Aus dem Drogeriemarkt:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Babylove ultra sensitiv Wundschutzcreme</li> <li>• Babydream MED Intensiv Pflegecreme</li> </ul>	<b>Aus der Apotheke:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Neuroderm repair (v.a. bei trockner, juckender Haut)</li> <li>• La Roche-Posay Cicaplast Baume B5</li> </ul>
<b>Wenn sich der Hautzustand unter Therapie mit Zink nicht bessert, oder bei akut nässenden, stark geröteten, entzündeten Hautstellen</b>	
→ Therapie mit medizinischem Wirkstoff (rezeptpflichtig) erforderlich.	

## Neurodermitis-Therapie nach Ampelschema

### Wenn es der Haut gut geht (trockene Haut, keine Rötung, wenig Juckreiz)

**Eincremen:** Konsequenter 2-3x tägliche Pflege ohne medizinischen Wirkstoff, Produktwahl abhängig von Hautzustand und Jahreszeit. Regelmäßige Anwendung wichtig zur Stabilisierung der Hautschutzbarriere und Vorbeugung einer Verschlechterung des Hautzustandes. Die Wasserbindung der Haut kann durch Zusatz von Glycerin und Harnstoff verbessert werden. Einsatz von Harnstoff jedoch erst bei Kindern ab 3 Jahren (3%) oder ab 5 Jahren (5%).

**Baden:** 1-3x wöchentlich max. 10 Minuten und nicht zu warm (Wassertemperatur 34-36°C). Ölzusatz verzichtbar, da Rückfettung nicht ausreichend und zudem Unfallgefahr durch Rutschen. Nach dem Bad Haut trockentupfen (nicht reiben) und umgehend eincremen. Abhängig von Hautverschmutzung pures Wasser oder pH-neutrale, parfümfreie Waschlotion verwenden.

**Kleidung:** Verzicht auch Wolle und Felle, luftdurchlässige Kleidung, Schwitzen vermeiden.

### Wenn es der Haut schlechter geht (vermehrte Rötung und Juckreiz)

**Eincremen:** Basistherapie mit Pflege ohne medizinischen Wirkstoff beibehalten, ggf. intensiviert durch fettfeuchte Verbände. Auf besonders betroffenen Hautstellen Einsatz von zinkhaltigen Cremes (plus Panthenol/ Mandelöl um austrocknenden Effekt von Zink entgegen zu wirken).

**Therapie Juckreiz:** Basistherapie gekühlt (Cremes im Kühlschrank lagern) auftragen. Wenn nicht ausreichend Einsatz Polidocanol haltiger Basistherapie. Kühlen mit Coolpacks aus dem Kühlschrank. Einsatz von Kratzalternativen wie Massageball mit Noppen oder sanftes Klopfen. Kratzverbote sind sinnlos - besser für Ablenkung sorgen.

**Baden:** Badefrequenz erhöhen oder besser häufiger kurz lauwarm abduschen. Nach Trockentupfen sofort eincremen.

**Kleidung:** Tragen von Baumwollhandschuhen (v.a. Säuglinge) um Kratzen zu vermeiden. Bei stark betroffenen Säuglingen Neurodermitisanzug.

### Wenn es der Haut schlecht geht (starke Rötung und Juckreiz, evtl. nässende Haut/ Krusten):

**Eincremen:** Basistherapie mit höherem Wasseranteil (z.B. Lotion statt Creme), ggf. fettfeuchte Verbände (nicht auf offenen Hautstellen oder bei Infektion). Zusätzlich vorübergehender Einsatz wirkstoffhaltiger Creme (verschreibungspflichtige Cortisonpräparate oder alternativ Calcineurininhibitoren, Reduktionsschema beachten, kein dauerhafter Einsatz).

**Behandlung nässender Hautstellen:** Mehrfach tägliches Abtupfen mit Schwarztee (nicht parfümiert, 20 Minuten ziehen lassen, abgekühlt verwenden). Auftragen von Cremes erst möglich, wenn Haut nicht mehr nässt.

**Behandlung infizierter Hautstellen (gelbe Beläge/Krusten):** Mehrfach tägliches Abtupfen nässender Haut mit antiseptischer Lösung (z.B. Octenisept®). Baden/ Duschen mit antiseptischer Waschlotion (z.B. Octenisan®). Bei trockenen gelben Krusten Einsatz antiseptischer Creme. Bei größerer Ausdehnung antibiotische Therapie erforderlich.

**Baden:** Ein bis mehrfach tägliches kurzes Baden/ Duschen (Dauer und Temperatur s.o.). Nach Trockentupfen sofort eincremen.

## Behandlung mit „fett-feuchten Verbänden“

- Schutz vor Kratzen
- Kühlen der Haut
- Feuchtigkeitsanreicherung der Haut
- Besseres Einziehen der Basistherapie, schneller Linderung von Juckreiz und Entzündung



### Benötigtes Material:

- Wirkstofffreie Basistherapie (nicht zu wässrig, d.h. keine Lotion sondern Creme verwenden)
- Schlauchverband feucht
- Schlauchverband trocken

### Haut dick eincremen

Einwirkzeit unter Verband bis 6-8 Std. bzw. über Nacht

Ersten Schlauchverband mit lauwarmem Wasser anfeuchten, auswringen, über die eingecremte Haut ziehen, auf faltenfreien Sitz achten!

Erneutes Anfeuchten nach 3-4 Std. (bei Anwendung über Nacht Kind schlafen lassen!)

Zweiten Schlauchverband trocken über ersten Verband ziehen

**Verbände bei Säuglingen: Keine großflächige Anwendung d.h. nur Arme/ nur Beine/ nur Stamm, bei Bedarf abwechselnd, um Auskühlen zu vermeiden**