

## Neurodermitis, Psoriasis und Akne

# Die unterschiedlichen Gesichter chronischer Hauterkrankungen

Hauterkrankungen wie Neurodermitis, Psoriasis und Akne vulgaris werden in der dermatologischen Praxis häufig vorgestellt und verursachen einen erheblichen Leidensdruck. Verschiedene Behandlungsoptionen können dazu beitragen, einen höheren Therapieerfolg zu erzielen und die Lebensqualität deutlich zu verbessern.

## Neurodermitis

Die Neurodermitis ist eine chronisch-entzündliche Hauterkrankung, die in Schüben auftritt. Sie ist keine typische allergische Erkrankung der Haut. Aber bei einem großen Teil der Betroffenen liegt eine erhöhte Neigung zu verschiedenen Allergien, z. B. Heuschnupfen oder Asthma bronchiale, vor.

Bestimmte Allergene können auch einen Schub auslösen oder die Hautsymptome verschlimmern. Besonders häufig tritt die Neurodermitis im Kindesalter auf. In Deutschland haben etwa 15 Prozent der Kinder und zwei bis vier Prozent der Erwachsenen eine Neurodermitis. In bis zu 85 Prozent aller Fälle bricht die Erkrankung schon vor dem fünften Lebensjahr aus – mit zunehmender Tendenz.

Bei einer Neurodermitis führt ein Mangel an bestimmten Eiweißen dazu, dass die Haut ihre schützende Hornschicht fehlerhaft aufbaut und daher austrocknet. Diese trockene Haut ist anfällig für äußere Einflüsse jeglicher Art. Sie ist aber auch für ihre veränderte Empfind-

lichkeit verantwortlich. Das Immunsystem wird dadurch verstärkt mit vielen Antigenen aus der Umwelt konfrontiert, beispielsweise mit Pollen, Tierhaaren oder dem Kot von Hausstaubmilben. Durch den Kontakt kann es zu einer Sensibilisierung kommen, bei der verschiedene Zellen des Immunsystems gegen diese Antigene in Stellung gebracht und Abwehrstoffe, spezielle Immunglobuline, produziert werden. Die Erkrankung ist nun in einem Stadium angekommen, in dem allergische Reaktionen gegen an sich harmlose Substanzen eine große Rolle spielen.

Neurodermitis ist eine „nicht ansteckende, immunvermittelte, chronische

oder chronisch-rezidivierende entzündliche Hauterkrankung“. Der immunologische Hintergrund begründet sich darin, dass die Botenstoffe IL-4 und IL-13 Immunzellen aktivieren und Entzündungen auslösen. Das Immunsystem reagiert im Übermaß. Es bildet IgE-Antikörper gegen harmlose Substanzen. Es entsteht eine Allergie vom Soforttyp bzw. Typ I. Es kommt zu Rötungen, Schwellungen und vor allem zu Juckreiz. Ein kleinerer Teil der Neurodermitiker reagiert hingegen nicht mit einer erhöhten IgE-Bildung. Bei diesen Patienten spielen Allergien keine Rolle, sodass diese Form der Erkrankung auch „intrinsische Variante der Neurodermitis“ genannt wird.

## Krankheitsbild

Verschiedene Hauterkrankungen rufen ähnliche Symptome wie eine Neurodermitis hervor und haben doch ganz andere Ursachen. Für eine Neurodermitis sprechen:

- altersgemäße Ausprägung und Verteilung der Hauterscheinungen mit Juckreiz
- Beginn im frühen Lebensalter
- schubweiser Verlauf
- andere atopische Erkrankungen des Patienten selbst oder bei nahen Verwandten

### Typische Symptome sind:

- allgemein trockene und empfindliche Haut
- gerötete entzündete Stelle, sogenannte Ekzeme
- stark juckende Hautbereiche
- schuppige oder gar nässende Hautveränderungen
- flächenhafte Verdickung und Vergrößerung der Haut, sogenannte Lichenifikationen
- Knötchen und Pusteln
- Hautrisse in den Mundwinkeln oder an den Ohrfläppchen gelten als sogenannte „Minimalvarianten“
- als Komplikationen sind Infektionen der Haut mit Bakterien, Viren oder Pilzen bekannt
- zusätzliche Allergien wie Heuschnupfen, Tierhaar-, Milben- und Nahrungsmittelallergien oder Asthma bronchiale können vorhanden sein

Im Säuglingsalter sind vor allem juckende Rötungen der Haut vorhanden, eventuell mit auffälligen Krustenbildung verbunden. Betroffen sind vor allem der Kopf, deren Haut zum sogenannten „Milchschorf“ verändert ist. Das Gesicht sowie die Streckseiten der Gliedmaßen, insbesondere die Außenseiten und die Beugefalten der Arme zeigen die entzündlich veränderten Hautbereiche. Bei Kleinkindern und Jugendlichen zeigen sich die Symptome eher an den Gelenkbeugen, im Nacken, an den Handgelenken und Händen. Die Haut wird dicker und gröber, auch Verkrustungen sind typisch. Im Erwachsenenalter ist das Befallsmuster ähnlich. Hinzu kommen oft noch stark juckende Knötchen.

In jedem Alter tritt starker Juckreiz auf, der den ganzen Tag über anhalten kann und sich abends und nachts oft noch verschlimmert. Betroffene schlafen häufig

schlecht und können sich tagsüber nicht konzentrieren. Ihr Leidensdruck ist daher erheblich. Aber auch die Hautveränderungen, die häufig im Gesicht und an den Händen auftreten, belasten viele Patienten.

Die genauen Ursachen der Erkrankung sind bis heute nicht vollständig erforscht. Inzwischen weiß man allerdings, dass die Gene eine wichtige Rolle spielen. Dabei scheint vor allem eine erbliche Veranlagung für Störungen der Hautbarriere und des Immunsystems von Bedeutung zu sein. Es besteht eine genetisch bedingte Neigung des Immunsystems, überschießend auf harmlose Reize aus der Umwelt zu reagieren. Atopische Erkrankungen wie eine Neurodermitis treten familiär gehäuft auf. Sie sind mit einer erblichen Veranlagung verbunden. Sind beide Eltern von einer oder mehreren atopischen Erkrankungen betroffen, wird ein Kind mit einer Wahrscheinlichkeit von etwa 60 bis 70 Prozent ebenfalls erkranken.

## Krankheitsverlauf

In der Entstehungsphase beginnt sich die Haut an der betroffenen Stelle zu röten. Hinzu kommen Schwellungen, ein vermehrter Juckreiz sowie Nässen mit anschließender Krustenbildung. Falls in dieser Anfangsphase keine Behandlung, z. B. mit Kortison erfolgt, geht das entstandene Ekzem in die zweite Phase über. In diesem chronischen Stadium kommen zu den bereits bestehenden Symptomen noch stark juckende, rote Knötchen hinzu. Sind entzündliche Herde auf der Haut über einen längeren Zeitraum vorhanden, kommt es ohne spezifische Therapie zu einer Verdickung, der Lichenifikation, der Oberhaut. Verursacht wird dieser Vorgang durch eine erhöhte Zellteilungsrate in der Basalzellschicht. Diese dritte und letzte Phase des Krankheitsverlaufs wird durch diese Hautreaktionen von einer weißlichen Schuppung der Haut bestimmt.

## Auslösefaktoren

- **Nahrungsmittel:** Oft wird als Nummer-1-Auslöser für Neurodermitis eine Nahrungsmittelunverträglichkeit beziehungsweise eine Nahrungsmittelallergie vermutet. Nahrungsmittel sind bei Neurodermitikern allerdings viel seltener als Auslöser für einen Schub verantwortlich als man allgemein denken mag. Daher sollten Diäten nur durch-

geführt werden, wenn die Allergie mittels Haut- oder Bluttests nachgewiesen wurde. Besonders scharfe Gewürze, Kaffee, Zitrusfrüchte und -säfte, Tomaten oder enthaltene Konservierungsstoffe provozieren einen Krankheitsschub.

- **Infekte:** Sie gelten als eine der häufigsten Auslöser für Neurodermitis. Eine starke Erkältung, Mandelentzündungen oder heftige Grippe führen bereits zu einer Verschlechterung des Ekzems. Grundsätzlich lässt sich sagen, dass die Haut von Neurodermitis-Betroffenen anfälliger für Hautinfektionen ist. Die Haut ist bei Neurodermitikern häufig dichter mit dem Bakterium *Staphylokokkus aureus* besiedelt, das zu entzündlichen Reaktionen führt.
- **Kalte Jahreszeit:** Neurodermitiker haben in der Regel eine angeborene sehr trockene Haut. Die Situation verschlechtert sich daher in der kalten Jahreszeit und in trockenen beheizten Räumen. Auch auf große Temperaturunterschiede kann die Haut eines Neurodermitikers mit Juckreiz reagieren.
- **Pflegeartikel:** Cremes und anderen Kosmetika enthalten meistens Konservierungs- und Duftstoffe. Sie können eine Kontaktallergie auslösen und zu einer Neurodermitis beitragen. Bekannt ist dies bei Perubalsam, Lanolin und Emulgatoren sowie bei natürlichen Pflanzenauszügen wie Arnika und Kamille. Klassische Seifen sollten gemieden und stattdessen nur pH-neutrale Ölbäder oder Waschlotionen verwendet werden. Zu häufiges Duschen oder Baden wirkt sich häufig negativ auf die Haut. Stark schäumende Waschprodukte sind zu meiden, da sie die Haut besonders stark austrocknen.
- **Stress:** Psychische Belastungen sind in vielfacher Hinsicht ein Problem für Neurodermitis-Betroffene. Stress, Ärger in der Partnerschaft, ein Trauerfall in der Familie oder ein Burnout – all das kann einen Krankheitsschub auslösen. Dabei ist die Psyche nicht der Grund, sondern vielmehr der Anlass. Auch die Krankheit selbst ist ein psychischer Belastungsfaktor. Der Juckreiz kann so unerträglich sein, dass die Betroffenen leichter reizbar werden. Die Hautveränderungen wirken auf den Betroffenen, aber auch auf die Mitmenschen oft abschreckend. Die Schwere der psychischen Problematik scheint mit der Schwere der Hauterkrankung zu wachsen.



- **Textilien:** Kleidung kann ein Auslöser für Hautirritationen sein. Wolle kann von einigen Betroffenen auf der Haut nicht getragen werden, da es Ekzemschübe auslöst, ähnlich teilweise auch bei synthetischen Fasern. Die Kleidung sollte nicht zu eng anliegen, damit die Haut atmen kann. Beim Kontakt mit Babys und Kleinkindern, die an Neurodermitis erkrankt sind, sollten Eltern ebenfalls auf die eigene Kleidung achten.
- **Duftstoffe:** Gelegentlich können auch Neurodermitis-Schübe nach einem Kontakt mit starken Duftstoffen auftreten. Tägliche Pflegemittel sollten so wenig Duftstoffe wie möglich enthalten. Die Rußpartikel im Tabakrauch führen in vielen Fällen zu einer Verschlechterung des Ekzems. Wissenschaftliche Studien zeigen auf, dass durch das Rauchen der Mutter bereits während einer

#### Stutenmilch bei Neurodermitis

Stutenmilch hat eine nachweislich heilende Wirkung für die kranke Haut bei einer bestehenden Neurodermitis. Sie ist der menschlichen Muttermilch sehr ähnlich und hat viele Bestandteile, die für den Körper, insbesondere für die Haut, heilende und die Gesundheit unterstützende Wirkungen haben. Und die sind bereits für Säuglinge besonders wirksam.

Im Vergleich zur Kuhmilch hat sie weniger Fett, dafür aber mehr Molkeeiweiß, Milchzucker, Aminosäuren, Vitamine und Mineralstoffe. Der hohe Gehalt an Immunstoffen stärkt die Abwehr. Das Milchfett ist leicht verdaulich.

Stutenmilch fördert die Entwicklung einer gesunden Darmflora, steigert den Gehalt des sogenannten Bifidusfaktors. Der gesamte Hormonhaushalt wird dadurch aktiviert. Es kommt zu einer besseren Biostimulation des Körpers. Entzündungen der Haut werden gehemmt. Die Durchblutung erhöht sich durch die Weitstellung der kleinen Gefäße. Hautzellen werden besser regeneriert. Die Psyche stabilisiert sich, innere Unruhezustände vermindern sich. Und so ist Stutenmilch für den Neurodermitiker durchaus ein Heilmittel – sogar ein Geheimtipp, der leider zu wenig Beachtung bei Ärzten und betroffenen Patienten findet. Viele Erfahrungen und bisher auch mehrere wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass der Juckreiz stark nachlässt, die Hautveränderungen sich eindeutig verringern bis hin zur völligen Symptomlosigkeit, das Befinden sich im Allgemeinen stabilisiert und Erwachsene wie Kinder einen langanhaltenden Erfolg haben. Täglich soll man morgens einen Vierteller Stutenmilch trinken. Man kann sie zunächst kurmäßig über 30 Tage trinken, wobei sich bereits erste Verbesserungen an der Haut bemerkbar machen können. Dann sollte man sie regelmäßig weiter trinken.

#### Weitere Informationen zur Stutenmilch: [www.bvds.info](http://www.bvds.info)



Dieser Beitrag ist in Zusammenarbeit mit dem Bundesverband Deutscher Stutenmilchzeuger e.V. entstanden. Kontakt: [mail@bvds.info](mailto:mail@bvds.info)

Schwangerschaft das Kind an Neurodermitis erkranken kann.

- **Kratzen:** Durch das Kratzen wird die Haut immer wieder geschädigt. Allergene Stoffe können dadurch noch leichter eindringen und den Hautzustand zunehmend verschlechtern. Dies wiederum verstärkt den Juckreiz. Durch das häufige Kratzen wird die Entzündungsreaktion verstärkt. Auch das Immunsystem wird dadurch intensiv mit Substanzen, insbesondere mit Antigenen, aus der Umwelt konfrontiert. Das Ekzem wird durch den lästigen Teufelskreis, den sogenannten Juckreiz-Kratz-Zirkel, ständig am Leben gehalten.

#### Medikamentöse Therapie

- **Glukokortikosteroide:** Die Wirkstoffe der Glukokortikosteroide (Kortison) gehören zu den bedeutendsten Entzündungshemmern, die beim atopischen Ekzem Anwendung finden. Es ist ein auf natürliche Weise im Körper vorkommendes Hormon, das wirksam die Entzündung und den Juckreiz lindert. Die Medikamente kommen entweder als Salben oder Cremes zur Anwendung, bei schweren Neurodermitis-Schüben für kurze Phasen auch als Tabletten. Zur Behandlung von schweren Schüben und zur Intervalltherapie sind Glukokortikosteroide weiterhin die erste Wahl gegen die Beschwerden und Symptome.
- **Calcineurin-Inhibitoren:** Primecrolimus und Tacrolimus wirken entzündungshemmend. Calcineurin-Hemmer können als Alternative bei einer Kortison-Unverträglichkeit angewendet werden. Zur Behandlung von Ekzemen auf empfindlichen Hautstellen sind sie besser geeignet als Kortison, etwa im Gesicht und Genitalbereich. Ihr Vorteil ist, dass sie die Haut auch bei dauerhafter Anwendung nicht ausdünnen. Da die Hemmer unter Verdacht stehen, das Hautkrebsrisiko zu erhöhen, sollten auch sie nicht zu lange angewendet werden. Während der Benutzung sollte auf verdächtige Hautveränderungen geachtet werden und in jedem Fall auf eine Phototherapie verzichtet werden.
- **Ciclosporin A** ist zugelassen zur Behandlung von schweren Fällen von Neurodermitis bei Erwachsenen. Es wird meist zweimal täglich eingenommen. Die Reaktionen des Immunsystems werden dadurch stark unterdrückt. Das kann die

schweren, anhaltenden Ekzeme lindern. Falls notwendig, kann das Medikament länger eingenommen werden. Nach vier bis sechs Monaten sollte die Therapie jedoch unterbrochen werden. Wenn sich die Neurodermitis-Symptome dann wieder stark verschlimmern, kann Ciclosporin A bei Bedarf erneut eingenommen werden. Eine schwere Neurodermitis sollte nicht zugleich mit Ciclosporin A und einer Phototherapie wegen eines Hautkrebsrisikos behandelt werden.

- **H1-Antihistaminika** hemmen im Körper die Wirkung des Gewebshormons Histamin. Bei Allergikern ist dieses Hormon für allergische Reaktionen wie Juckreiz verantwortlich. Es ist bisher noch nicht wissenschaftlich belegt, dass H1-Antihistaminika auch gegen einen Juckreiz bei Neurodermitis ausreichend helfen können. H1-Antihistaminika lösen als Nebenwirkung Müdigkeit aus. Davon profitieren Patienten, die wegen des schlafstörenden Juckreizes nicht schlafen können. Zum anderen leiden einige Neurodermitis-Patienten zusätzlich an einer allergischen Erkrankung wie Heuschnupfen, der durch die Therapie ebenfalls behandelt werden kann.
- **Duplumab** ist ein seit 2017 für die Behandlung einer mittelschweren bis schweren Neurodermitis bei Erwachsenen verfügbares Medikament, das zu den Biologika gehört. Es hemmt spezifisch die Bildung eines Entzündungsstoffes und wird alle zwei Wochen vom Patienten selbst gespritzt. Duplumab kommt zum Einsatz, wenn eine örtliche Behandlung nicht ausreicht. Es wirkt auch bei allergischem Asthma und Heuschnupfen. Die Verträglichkeit des Medikamentes ist gut. Bei bis zu 15 Prozent der Anwender können sich allerdings Augenprobleme entwickeln.
- **Polidocanol, Zink und Gerbstoffe:** Gegen den Juckreiz werden oft auch Hautpflegemittel empfohlen, die den Wirkstoff Polidocanol oder aber Gerbstoffe enthalten. Polidocanol ist ein Wirkstoff, der lokal betäubend wirkt und so den Juckreiz lindert. Er kann auch mit Harnstoff kombiniert werden. Erfahrungen von Patienten und einige Untersuchungen zeigen, dass diese Präparate tatsächlich helfen können. Weder Polidocanol- noch Gerbstoff-Präparate eignen sich aber als Ersatz für eine entzündungshemmende Therapie.

## Komplementäre Medizin

- **Phototherapie:** Die betroffenen Hautstellen werden mit ultraviolettem Licht (UV-A- und/oder UV-B-Licht) bestrahlt. Es hemmt verschiedene Entzündungszellen in der Haut. Kinder unter 12 Jahren sollten gar nicht oder nur ausnahmsweise mit UV-Licht behandelt werden. Bei der sogenannten PUVA wird der Patient zuerst mit dem Wirkstoff Psoralen behandelt. Er macht die Haut empfindlicher für die anschließende Bestrahlung mit UV-A-Licht.
- **Meerwassertherapie:** Wie bei der kombinierten Balneo-Phototherapie baden die Betroffenen in Salzwasser und sind gleichzeitig den UV-Strahlen der Sonne ausgesetzt. Auch das Baden im Wasser der Nord- und Ostsee sowie die Sonneneinstrahlung in den Sommermonaten hilft sehr gut.
- **Pflanzenöle:** Wertvolle Pflanzenöle sind Arganöl, Nachtkerzenöl, Schwarzkümmelöl und Borretschsamenöl. Sie liefern viel Gamma-Linolensäure. Diese Omega-6-Fettsäuren sind ein wichtiger Bestandteil der Haut und wirken bei atopischen Ekzemen entzündungshemmend. Manche Patienten unterstützen mit Aloe vera die Neurodermitis-Behandlung. Extrakte der kaktusähnlichen Pflanze werden verschiedene Heilwirkungen zugesprochen. So soll Aloe vera der Haut Feuchtigkeit spenden und ihre Regeneration fördern.
- **Avocado-Öl:** Avocado-Öl erweist sich als besonders hautverträglich und ist daher auch für die Haut von Patienten mit Neurodermitis geeignet. Avocado-Öl ist rückfettend, glättet die Haut, ist reich an den Vitaminen A, D und E sowie ungesättigten Fettsäuren. Es

emulgiert ausgezeichnet, fördert die Zellregeneration und regeneriert trockene, rissige und Barriere-gestörte Haut besonders gut (z. B. Avocado. B12 Creme). Die Creme enthält keine Geruchsstoffe und die Galenik vermeidet weitere Zusatzstoffe, welche die Haut irritieren könnten. Bei vielen Patienten, die unter Neurodermitis mit starkem Juckreiz leiden, kann durch tägliche Hautpflege mit Avocado-Öl eine deutliche Besserung erzielt werden.

- **Umschläge:** Zu den wirksamen Hausmitteln bei der Behandlung von Krankheitsschüben zählen feuchte Umschläge mit schwarzem Tee. Die im Tee enthaltenen Gerbstoffe wirken entzündungshemmend. Extrakte aus Kamillenblüten haben einen ähnlichen Effekt.

# Psoriasis vulgaris

Die Psoriasis, im Volksmund auch Schuppenflechte genannt, ist eine entzündliche, nicht ansteckende Erkrankung. Die Psoriasis vulgaris oder Plaque-Psoriasis ist die häufigste klinische Form.



Foto ©: Irina Gulyayeva/istock – getty images

Der größte Risikofaktor ist eine familiäre Veranlagung. Typische Symptome sind rötliche, schuppige Hautveränderungen und ein starker Juckreiz. Die Psoriasis kann neben der Haut auch andere Bereiche des Körpers betreffen. Schuppenflechte ist bislang nicht heilbar.

## Epidemiologie

Zwei Prozent der Bevölkerung sind schätzungsweise betroffen. Das sind in Deutschland über 1,5 Millionen Menschen. Männer und Frauen erkranken ähnlich häufig. Die Psoriasis tritt oft vor dem 40. Lebensjahr auf. Häufig entwickelt sie sich im Jugend- oder jungen Erwachsenenalter. Wenn sie sich später entwickelt, dann meist erst zwischen 50 und 70 Jahren.

## Krankheitsbild

Eine Schuppenflechte kann unterschiedlich ausgeprägt sein. Manche Menschen empfinden sie vor allem als lästig. Andere Menschen fühlen sich in ihrer Lebensqualität stark beeinträchtigt, denn die Behandlung und Hautpflege sind sehr zeitintensiv. Durch die oft deutlich sichtbaren rötlichen, schuppigen Hautveränderungen ist die Psoriasis für viele Menschen oft psychisch belastend. Grundsätzlich kann eine Psoriasis an allen Körperstellen auftreten. Kopf, Ellbogen, Knie und Rücken sind besonders oft betroffen. Aber auch hinter den Ohren, an Händen, Füßen oder am Bauchnabel bildet sie sich häufig. Neben der Haut können auch die Gelenke oder die Nägel betroffen sein.

## Man unterscheidet zwei Typen der Psoriasis vulgaris:

- **Typ I:** Er liegt in etwa 60 bis 70 Prozent der Fälle vor und manifestiert sich vor dem 40. Lebensjahr. Meist liegt eine familiäre Belastung vor.
- **Typ II:** Er repräsentiert die Spätmanifestation, die in etwa 30 bis 40 Prozent der Fälle auftritt – häufig erst nach dem 40. Lebensjahr. Sie verläuft meist milder als der Typ I.

## Ursachen

Die Psoriasis ist in erster Linie genetisch bedingt. Wenn ein Elternteil betroffen ist liegt die Wahrscheinlichkeit, dass ein Kind an Psoriasis erkrankt, bei etwa 15 Prozent. Wenn beide Elternteile Psoriasis haben liegt das Risiko für ein Kind bei etwa 40 Prozent. Ausschlaggebend ist

eine Autoimmunreaktion. Verschiedene Entzündungsprozesse spielen hierbei eine entscheidende Rolle. Die Immunzellen reagieren wie bei einer Hautverletzung. Sie lösen Entzündungsreaktionen in der Haut aus und beschleunigen Prozesse zur Hauterneuerung. Darum bilden sich ständig übermäßig viele neue Hautzellen.

Inzwischen hat man zwar viele Gene entdeckt, die mit einer Schuppenflechte im Zusammenhang stehen. Die Ursachen der Erkrankung konnten bisher jedoch nicht abschließend aufgeklärt werden.

### Auslöser

**Infektionen:** Im Verlauf einer Infektion wendet sich das Immunsystem auch gegen die gesunde Haut. Im Prinzip kann jede Infektion einen Psoriasis Schub nach sich ziehen – zum Beispiel eine Streptokokkeninfektion, Masern, ein grippaler Infekt, eine HIV-Infektion oder eine chronische Entzündung.

- **Stress:** Bei manchen Menschen bricht die Erkrankung in Zeiten größerer seelischer Belastungen aus, beispielsweise nach Tod von Angehörigen, Schulstress oder Jobverlust.
- **Hormonelle Umstellungen:** Häufig tritt eine Schuppenflechte erstmals auf, wenn das hormonelle Gleichgewicht gestört ist. Das kann die Puber-

tät sein, eine Schwangerschaft oder auch die Wechseljahre.

- **Hautverletzungen:** Schnitt- und Schürfwunden aber auch Verbrennungen und sogar ein Sonnenbrand können einen Schub provozieren.
- **Mechanische Reizung:** Kratzen, Druck, beispielsweise durch einen engen Gürtel, auch scheuernde Kleidung sind weitere mögliche Auslöser.
- **Medikamente:** Von manchen Medikamenten weiß man, dass sie ebenfalls Schübe auslösen können. Dazu gehören unter anderem Blutdrucksenker (ACE-Hemmer, Betablocker) und Schmerzmittel (ASS, Ibuprofen, Diclofenac).

### Behandlung

Eine Schuppenflechte kann derzeit noch nicht geheilt werden. Schwere und Anzahl der Schübe lassen sich mit modernen Behandlungsansätzen aber deutlich reduzieren. Verbessern sich die Symptome um mindestens 75 Prozent gilt die Behandlung als erfolgreich. Die Basis ist die individuelle Hautpflege – sie wird bei Psoriasis immer empfohlen und soll auch in beschwerdefreien Phasen weitergeführt werden. Die Haut von Psoriatikern ist trocken. Ölhaltige und rückfettende Salben, Cremes oder Lotionen sind daher die richtige Wahl. Hinzu kommen Cremes und

Salben mit Harnstoff oder Salicylsäure. Sie unterstützen die Haut bei der Speicherung von Feuchtigkeit.

Reichen Pflegeprodukte nicht aus, werden Salbe, Creme, Lösung oder Schaum, welche die Entzündungen in der Haut eindämmen, auf die veränderten Hautstellen aufgetragen. Das sind Zubereitungen, die beispielsweise Kortison, Dithranol oder Vitamin-D3-Analoga enthalten.

Calcipotriol ist ein Wirkstoff aus der Gruppe der Vitamin-D3-Abkömmlinge. Andere Mittel aus dieser Gruppe sind Calcitriol und Tacalcitol. Sie werden aber eher selten eingesetzt. Chemisch gesehen ist Calcipotriol mit dem Vitamin D3 verwandt und den Kortisonpräparaten ähnlich.

**Dithranol und Steinkohleteer:** Ältere Mittel zur äußerlichen Behandlung von Psoriasis wie Dithranol und Steinkohleteer werden nur noch selten eingesetzt. Ein Grund dafür ist, dass sie weniger anwendungsfreundlich sind als Kortison oder Calcipotriol. Dithranol wird meist in der stationären Behandlung angewendet.

**Calcineurin-Inhibitoren:** Tritt die Schuppenflechte an empfindlichen Stellen wie im Gesicht, in den Leisten oder unter



### Stress und Hauterkrankungen

Hautkrankheiten sind meist multifaktoriell bedingt und haben oft eine organische Ursache. Aber auch seelische und psychosoziale Hintergründe können eine Rolle spielen. So zeigen Untersuchungen der Stressforschung, dass zwischen Gehirn, Immunsystem und hormonellen Kreisläufen ein Zusammenhang besteht. Stress, emotionale Belastungen und die damit einhergehende Ausschüttung von Stresshormonen haben somit einen direkten Einfluss auf die Entstehung von Hauterkrankungen. Vieles spricht demnach dafür, dass die Gefühlslage

das Immunsystem und damit auch den Verlauf von Hautkrankheiten beeinflussen kann. Umgekehrt kann eine Hautkrankheit die seelische Verfassung beeinflussen, was sich wiederum negativ auf die Haut auswirkt.

#### Stress verschlechtert den Hautzustand

Das bedeutet folglich, dass (entzündliche) Hauterkrankungen sich erheblich auf die soziale Funktionsfähigkeit und die Lebensqualität auswirken können. Dies weist darauf hin, dass ein Zusammenhang zwischen dem seelischen Gleichgewicht

und der Hautgesundheit besteht: Menschen in stressigen Lebensphasen oder mit psychischem Leidensdruck leiden nicht selten zusätzlich unter unangenehmen Hautreaktionen. Der Grund: (Akuter) Stress stört die Balance der Hauterneuerung ebenso wie die Barrierefunktion der Schutzhülle. Als Ursache dafür wird ein hoher Glukokortikoid-Spiegel vermutet. Generell beeinträchtigt Stress die Wundheilung und verschlechtert den Hautzustand bei Personen, die unter Akne, Rosacea und Psoriasis leiden. So zeigte sich in Studien, dass diejenigen Patienten mit Psoriasis, die sich weniger Sorgen machen, besser auf die Behandlung ansprechen. Unter Stress kommt es hingegen zu einer Verschlechterung von Hautkrankheiten wie Neurodermitis.

Daher kann die psychosomatische Dermatologie heute bestätigen, dass die Haut als das größte Organ auf Stress und psychisches Ungleichgewicht reagiert. Nicht umsonst wird die Haut als Spiegel der Seele bezeichnet.

#### Symptome persönlich nehmen

Stress beeinträchtigt nicht nur die Leistungsfähigkeit, sondern auch die Gesundheit – auch die der Haut.

Die Behandlung von Hauterkrankungen sollte folglich nicht nur symptomorientiert erfolgen, sondern ganzheitlich auch die persönlichen Lebensumstände miteinbeziehen.



den Achseln auf, werden als Alternative zu Kortisonpräparaten auch sogenannte Calcineurin-Inhibitoren eingesetzt. Sie haben keine hautverdünnende Wirkung. Zu dieser Medikamentengruppe gehören Cremes und Salben mit den Wirkstoffen Pimecrolimus und Tacrolimus.

### Medikamente zur inneren Behandlung

Bei mittleren und schweren Verläufen behandelt man nicht nur direkt die Haut, sondern dämpft die überschießende Aktivität des Immunsystems mit Tabletten oder Injektionen. Dazu gehören die Immunmodulatoren Acitretin, Ciclosporin, Fumarsäureester, Methotrexat und Biologika. Die Medikamente hemmen die Abwehrreaktionen des Immunsystems. Die Wahl des geeigneten Medikaments hängt von vielen Faktoren ab. Bisherige Studien zeigen, dass eine äußerliche Behandlung mit Kortison am besten wirkt und dabei gut verträglich ist. Deshalb beginnt man eine Psoriasis-Behandlung in der Regel mit einem Kortisonpräparat.

Wenn eine Psoriasis länger als einige Wochen behandelt werden soll und man mögliche langfristige Nebenwirkungen von Kortison vermeiden möchte, kann eine Behandlung mit einem anderen Wirkstoff wie etwa Calcipotriol sinnvoller sein.

Therapeutika der jüngsten Generation sind gentechnisch hergestellte Antikörper. Sie richten sich gezielt gegen bestimmte Botenstoffe, welche die Aktivität des Immunsystems anheizen. Darunter sind verschiedene TNF-alpha-Hemmer und Interleukin-Antikörper.

### Lichttherapie

Die Haut von Menschen mit Psoriasis profitiert auch vom Sonnenlicht. Die Plaques werden mit künstlichem ultraviolettem Licht bestrahlt. Es hemmt die Entzündung in der Haut und verlangsamt dadurch die Zellteilung. Ergänzend werden manchmal Medikamente eingesetzt, welche die Haut lichtempfindlicher machen, z. B. Psoralen. Diese Form der

Therapie ist für Menschen geeignet, die eine mittelschwere oder schwere Psoriasis haben und bei denen eine äußerliche Behandlung allein nicht hilft.

Die sogenannte Photo-Solebehandlung wird seit rund 25 Jahren eingesetzt. Betroffene reisen auch häufig ans Tote Meer, wo die entsprechenden Bedingungen dafür von Natur aus gegeben sind. An Nord- und Ostsee wird die Methode auch in Deutschland in den Sommermonaten eingesetzt. Leider führt das nicht zu dauerhafter Besserung, denn die lindernde Wirkung lässt relativ bald nach, nachdem die Betroffenen wieder zuhause sind.

Auch die sogenannte Bade-PUVA-Therapie hat sich etabliert. Dabei wird durch einen in der Natur vorkommenden Wirkstoff, der in Tablettenform eingenommen beziehungsweise als Badezusatz oder Creme zugeführt wird, die Haut lichtempfindlicher gemacht. Die Hautveränderungen bilden sich dadurch besser zurück.

ANZEIGE

## Natürlich gegen Akne!

- antibakteriell
- antientzündlich
- bremst die Talgproduktion

HORMON &  
ANTIBIOTIKA-  
FREI!



### Für weitere Informationen und Muster:

**Volopharm GmbH Deutschland**

Tel.: +49-(0) 8654-608 730, Fax: +49-(0) 8654-608 930

**Volopharm GmbH**

Tel.: +43-(0) 7242-90 80 88, Fax: +43-(0) 7242-90 80 88-85

**SANDERMIN®**  
Gesunde Haut natürlich!



**Erhältlich in  
Apotheken!**

# Akne vulgaris

Die häufigste dermatologische Erkrankung ist Akne und damit eine Krankheit, die vor allem Jugendliche betrifft: 70 bis 90 Prozent leiden in der Pubertät mehr oder weniger stark unter Akneläsionen. Bei den meisten Patienten kommt es im Übergang zum dritten Lebensjahrzehnt zu einer spontanen Rückbildung, bei 10 Prozent persistiert die Akne jedoch über das 25. Lebensjahr hinaus (Acne tarda). Zwischen dem 15. und 18. Lebensjahr ist die Akne-Inzidenz am größten. Beide Geschlechter sind gleichermaßen betroffen, bei jungen Männern ist die Akne jedoch häufig stärker ausgeprägt.



Foto ©: Obencem/istock – getty images

## Krankheitsbild

Akne ist eine entzündliche Erkrankung, die aufgrund einer Verhornungsstörung und einer übermäßigen Talgproduktion entsteht und die vorwiegend im Gesicht, am Nacken, auf der Brust und am Rücken auftritt. Typische Symptome sind Mitesser, Papeln und Pusteln sowie Knoten, fettige Haut und Narbenbildung bei schweren Verlaufsformen. Es gibt viele Formen der Akne: Dazu gehören Acne infantum, Acne juvenilis, Acne vulgaris, Acne tarda, Acne fulminans und Acne inversa.

## Ursachen

Androgene wie Testosteron und Dehydroepiandrosteron aus den Nebennierenrinden stimulieren das Wachstum der Sebozyten mit nachfolgender Hyperplasie der Talgdrüsen und Hyperseborrhö. Die erhöhte Lipidsekretion stimuliert das Wachstum von *Propionibacterium acnes* (*P. acnes*). Akne kann auch durch Medikamente ausgelöst werden bzw. sich verschlechtern. Ebenso kann die Ernährung bei Akne eine Rolle spielen. So können Milch, hydrierte Öle und Transfette Akne begünstigen. Da bei einer Ernährung ohne verarbeiteten oder raffinierten Zucker wesentlich seltener bis nie Akne auftritt, ist es sinnvoll, darauf möglichst zu verzichten, denn stark verarbeitete Lebensmittel mit einem hohen glykämischen Index fördern einen Anstieg der Blutzucker- und Insulinspiegel, was zu erhöhten Androgen-Spiegeln führt. Die Folgen sind bakterielles Wachstum sowie fettige und entzündliche Haut.

Bei Frauen können Menstruationszyklus und Schwangerschaft die Entwicklung der Akne beeinflussen. Möglicherweise sind auch klimatische Einflüsse, UV-Strahlung und andere Umweltfaktoren beteiligt.

## Behandlung

Die Therapie der Akne richtet sich nach dem Schweregrad und der Entwicklungsgeschwindigkeit. Daneben spielen Geschlecht, Alter, das soziale Umfeld, Begleiterscheinungen, Vernarbung, Hauttyp und die zu erwartende Compliance eine Rolle.

Für eine erfolgreiche Akne-Therapie mit geringen Nebenwirkungen erweisen sich Substanzen wie das Polyphenol EGCG aus Grünem Tee, Lactoferrin und Zink als effektiv (z. B. SanDermin® Kapseln).

- **Grüner Tee:** Grüner Tee und sein Hauptinhaltsstoff EGCG zeichnen sich durch eine antientzündliche Wirkung aus, verringern der Talgproduktion und eignen sich somit zur Prävention und Behandlung von
- **Lactoferrin:** Lactoferrin besitzt antimikrobielle sowie antioxidative, entzündungshemmende und immunregulatorische Eigenschaften. Studien konnten zeigen, dass das Protein die Zahl der entzündlichen Läsionen und den Schweregrad der Akne deutlich herabsetzt.
- **Zink:** Zudem kann Akne durch eine längerfristige Zinktherapie günstig beeinflusst werden, denn Zink ist

essenziell für die Gesunderhaltung der Haut. Als Wirkmechanismus wird die Beteiligung von Zink an entzündungshemmenden Prozessen vermutet.

## Akne in der Schwangerschaft

Bei Frauen über 25 Jahren wird häufig die sogenannte Acne tarda auf (Spätakne). Diese Patientengruppe unterscheidet sich signifikant von Akne-Patienten in der Pubertät, da die Betroffene meistens im Arbeitsleben stehen und an einer schnellen Besserung interessiert sind. Zudem besteht in diesem Alter auch ein Kinderwunsch, meistens ist dies der Grund für das Absetzen der hormonellen Verhütung. Kurz nach Absetzen der Pille merken viele Frauen jedoch häufig eine starke Verschlechterung des Hautbefundes, die mit hohem Leidensdruck und einem Therapiewunsch einhergeht.

Durch die (geplante) Schwangerschaft kommen die meisten Medikamente, die in der Akne-Therapie eingesetzt werden, für diese Patientinnen aber nicht infrage. So sind die oralen Retinoide (Isotretinoin) in der Schwangerschaft streng kontraindiziert. Eine geeignete Akne-Therapie sollte jedoch auch in der Schwangerschaft erfolgen. Begleitend für leichte und schwere Fälle kann hier ebenfalls die Gabe von SanDermin® Kapseln empfohlen werden.

Dr. med. Lutz Koch  
Facharzt für Physikalische und  
Rehabilitative Medizin  
Wossidlostr. 21, 18181 Graal-Müritz