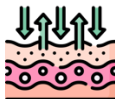


Was ist atopische Dermatitis?

Eine veränderte Haut

Atopische Dermatitis (Ekzem) zu haben bedeutet, eine geschwächte Haut zu haben, die ihre Funktion als Barriere des Körpers nicht mehr richtig erfüllen kann.

Das äußert sich in zwei Hautproblemen:



Ein geschwächter Schutz

Meine Haut wird Elemente leichter ein- und austreten lassen



Eine verschärfte Reaktion

Meine Haut wird sich leichter entzünden

Eine wichtige Pathologie

Bei **ausgetrockneter Haut** kann es zu **Entzündungsschüben** kommen (Auftreten von Flecken, Rötung, Nässen, Juckreiz).

Diese **Ekzemattacken können indirekte Folgen haben** (Schlafprobleme, Veränderungen des Sozialverhaltens, psychologische Schwierigkeiten, eingeschränkte Lebensqualität).

Die Krankheit ist **chronisch** (es handelt sich um eine lang andauernde Krankheit mit Auswirkungen, die über einen längeren Zeitraum anhalten können).

Es handelt sich um ein **häufiges dermatologisches Problem** (1-7% der Weltbevölkerung sollen betroffen sein).

Ein multifaktorielles Problem

Die **Ursachen der atopischen Dermatitis sind komplex** (genetische Faktoren, atopisches Terrain und Umweltfaktoren) und ihre **Mechanismen sind bis heute noch nicht gut verstanden**.

Die Forschung zu dieser Krankheit hat erst vor kurzem Fortschritte gemacht, sodass in Zukunft bessere medizinische Behandlungen möglich sind.

Eine nicht zu vernachlässigende Krankheit

Letztendlich habe ich gelernt, dass mein atopisches Ekzem eine Krankheit ist, die indirekte Auswirkungen auf mein Leben haben kann und sich im Laufe der Zeit verändern kann. **Es ist daher essenziell, dass ich eine langfristige medizinische Betreuung finde.**

Es ist wichtig, Gesundheitsfachkräfte zu finden, die kompetent sind und mit denen ich mich in der Kommunikation wohlfühle.



Leben mit atopischer Dermatitis

Krisen voraussehen

Mein Umfeld kann mich auslösenden oder verschlimmernden Elementen aussetzen. Diese Elemente können von Fall zu Fall unterschiedlich sein!

Einige gängige Beispiele sind :

- Das Klima
- Schweiß
- Reizende Kleidung (Typ Wolle)
- Stress



Vorbeugende Gesten

Einige Tipps, wie Sie auslösende oder verschlimmernde Elemente im Alltag vermeiden können :



Kühle und gut belüftete Orte bevorzugen

Schnell mit lauwarmem Wasser waschen und trocken tupfen



Kleidung aus leichten Stoffen (Baumwolltyp) tragen

Gut hydriert bleiben (Weichmacher verwenden und Wasser trinken)



Die Punkte der Wachsamkeit

Es ist wichtig, dass ich meinen Hautarzt aufsuche, wenn ich die folgenden Symptome feststelle:

- Eine Veränderung im Aussehen meiner Läsionen
- Das Auftreten eines anderen Hautproblems

Verfügbare Ressourcen

- **Meine Krankheit besser verstehen:** Die Deutsche Dermatologische Gesellschaft (DDG – eine wissenschaftliche Fachgesellschaft) betreibt eine Informationsseite für die breite Öffentlichkeit mit einem speziellen Abschnitt zur atopischen Dermatitis (<https://derma.de/>).
- **Patientenvereinigungen:** Es gibt mehrere lokale Patientenorganisationen, die es Menschen mit Neurodermitis ermöglichen, eine auf ihr Gesundheitsproblem zugeschnittene Unterstützung zu erhalten. Der Deutsche Allergie- und Asthmabund e.V. (DAAB – <https://www.daab.de/>) ist eine dieser Organisationen und organisiert Veranstaltungen in ganz Deutschland
- **Psychologische Unterstützung:** Neurodermitis ist eine sichtbare Krankheit, die den Alltag erschweren kann. Psychologische Unterstützung kann hier sehr hilfreich sein. Das medizinische oder paramedizinische Team Ihrer dermatologischen Einrichtung kann psychologische Betreuung anbieten. Zögern Sie nicht, mit Ihrem Dermatologen oder an der Rezeption darüber zu sprechen!

Zu beachtende Nebenwirkungen

Meine Priorität: die Läsionen und den Juckreiz verschwinden lassen

Ich kann orale Immunsuppressiva bevorzugen...



Vorsicht bei Lebererkrankungen (Hepatitis), hämatologischen Problemen (Anämie), Übelkeit, Bauchschmerzen, Müdigkeit

... oder topische Immunmodulatoren.

Achten Sie auf die reizende Wirkung (Brennen, Juckreiz) und eine mögliche Alkoholunverträglichkeit (Hitzewallungen).



Meine Priorität: weniger Nebenwirkungen

Ich kann Phototherapien bevorzugen...



Achten Sie auf Hyperpigmentierung, Hitzegefühl, Rötungen, trockene Haut oder sogar Sonnenbrand.

... oder topische Kortikosteroide.

Achten Sie darauf, dass meine Haut brüchig wird, Dehnungsstreifen entstehen oder Hyperpigmentierung auftritt.



Meine Priorität: das Ekzem langfristig stabilisieren

Ich kann biologische Therapien bevorzugen...



Achten Sie auf Augenprobleme (Bindehautentzündung), Gelenkschmerzen, Infektionen (Herpes), Blutkrankheiten (Hypereosinophilie) und das Auftreten anderer Hautprobleme.

...oder die Anti-JAK-Behandlung.

Achten Sie auf Atemprobleme (Bronchitis, Rhinitis), Infektionen (Herpes), das Auftreten von Kopfschmerzen und das Auftreten anderer Hautprobleme (Akne).



Diese Behandlungen haben viele mehr oder weniger häufige Nebenwirkungen, die hier nicht aufgelistet sind. **Diese sollten UNBEDINGT mit einer medizinischen Fachkraft besprochen werden.**



Alle möglichen Nebenwirkungen können über das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM – <https://www.bfarm.de/>) oder über die Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF – <https://www.awmf.org/>) eingesehen werden.