

walk

Neurodermitis

verstehen & behandeln

Gemeinsam erfolgreich!



Online lesen und herunterladen unter
www.abbvie-care.de/neurodermitis-broschuere

Inhaltsverzeichnis

5 Vorwort

Was ist Neurodermitis?

6 Zahlen und Fakten

8 Ursachen und Auslöser

14 Symptome

Therapieziele und Behandlung

20 Behandlung: Auswahl und Möglichkeiten

22 Bestimmung des Schweregrads

24 Basistherapie

26 Äußerliche Therapie

29 Innerliche Therapie

32 Therapieziele

34 Tipps für das Arztgespräch

36 Therapietreue

Weitere Informationen

38 Informationen, Austausch und Selbsthilfe

42 Glossar



Liebe Patientin, lieber Patient,

ob trockene gerötete Haut oder quälender Juckreiz, die Folgen der Neurodermitis, auch für das tägliche Leben, sind vielfältig. Mit modernen Therapien ist es heute jedoch möglich, der chronisch-entzündlichen Hauterkrankung etwas entgegenzusetzen.

Gemeinsam mit Ihrem Hautarzt können Sie die passende Behandlung finden, damit Sie und Ihr Leben möglichst wenig von der Neurodermitis beeinträchtigt werden. Ein wichtiger Schritt dahin ist es, gut über die eigene Erkrankung und alle Behandlungsmöglichkeiten informiert zu sein. Wenn Sie wissen, was es mit der Neurodermitis auf sich hat und was in Ihrem Körper vor sich geht, kann das den Umgang mit ihr erleichtern.

Ihr wichtigster Ansprechpartner zur Neurodermitis ist Ihr behandelnder Hautarzt. Diese Broschüre gibt Ihnen darüber hinaus eine Vielzahl von Informationen, um die Neurodermitis und ihre Therapieoptionen besser zu verstehen. Werden Sie zum Experten in eigener Sache und finden Sie heraus, was Sie gegen die Neurodermitis unternehmen können.

Alles Gute wünscht Ihnen
Ihr AbbVie Care-Team

Was ist Neurodermitis?

Zahlen und Fakten

Neurodermitis ist eine chronisch-entzündliche Hauterkrankung. Zu ihren typischen Merkmalen zählen trockene, rissige und gerötete Hautbereiche, die häufig mit Schmerzen und starkem Juckreiz einhergehen. Der tägliche Umgang mit den Beschwerden, etwa den sichtbaren Hautveränderungen, kann eine große Belastung sein und viele Lebensbereiche beeinflussen.

Doch auch wenn Neurodermitis chronisch ist – eine ursächliche Heilung also nicht möglich –, gibt es heute moderne Therapiemöglichkeiten, mit denen sie gut behandelt werden kann.

Während die Hautveränderungen sichtbar sind, spielt sich ein Großteil des Krankheitsgeschehens bei Neurodermitis unter der Oberfläche ab. Der Entzündungsprozess steht in engem Zusammenhang mit dem Immunsystem, der körpereigenen Abwehr. Neurodermitis wird daher auch als Systemerkrankung bezeichnet. Zudem tritt Neurodermitis häufig in Kombination mit anderen sogenannten atopischen Erkrankungen wie Asthma und allergischem Schnupfen mit Bindehautentzündung auf.

Neurodermitis wird auch als **atopische Dermatitis** oder **atopisches Ekzem** bezeichnet.

Neurodermitis ist nicht ansteckend!



Am häufigsten tritt Neurodermitis erstmals im **Kindesalter** auf – generell können Menschen jedoch in jedem Alter erkranken.

2%

Neurodermitis ist häufig:
In Deutschland sind etwa 2 % der Erwachsenen betroffen.



Neurodermitis ist bei Frauen häufiger als bei Männern.

Verläuft häufig in Schüben: Phasen mit und ohne Beschwerden wechseln sich ab.

Ursachen und Auslöser

Die genaue Ursache von Neurodermitis ist nicht abschließend geklärt. Es steht jedoch fest, dass unterschiedliche Faktoren an ihrer Entstehung beteiligt sind. Eine erbliche Veranlagung, eine gestörte Barrierefunktion der Haut sowie Umwelteinflüsse spielen eine Rolle dabei, dass das Immunsystem aus dem Gleichgewicht gerät und es zu Hautentzündung und Juckreiz kommt.

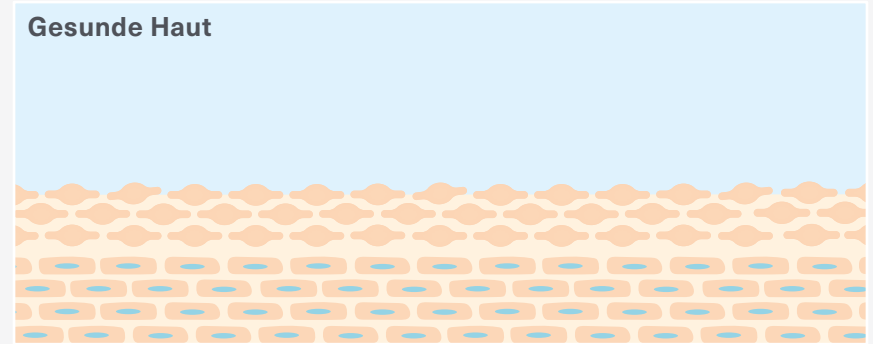
Erbliche Veranlagung

Für Neurodermitis gibt es eine erbliche Veranlagung. Das bedeutet, dass die Wahrscheinlichkeit, selbst zu erkranken, erhöht ist, wenn auch andere Familienmitglieder Neurodermitis haben.

Gestörte Hautbarriere

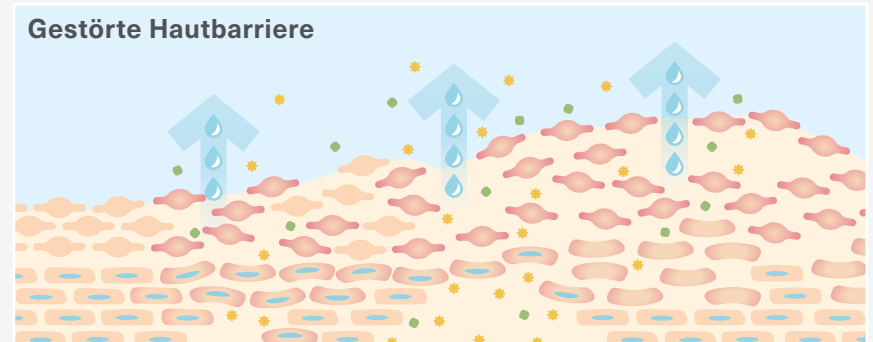
Unsere Haut hat eine wichtige Schutzfunktion, bildet eine natürliche Barriere vor äußeren Einflüssen und ist an der Feuchtigkeitsregulation des Körpers beteiligt. Bei Menschen mit Neurodermitis ist die Hautbarriere gestört. Die Zusammensetzung der Haut ist verändert. Es besteht ein Mangel an bestimmten Eiweißstoffen und Fetten, die für die Hautstruktur wichtig sind.

Gesunde Haut



- Die Hautzellen sind stabil verbunden.
- Es besteht ein Schutz vor Feuchtigkeitsverlust.
- Fremdstoffe wie Bakterien, Allergene (allergieauslösende Stoffe) oder Reizstoffe werden daran gehindert, in den Körper einzudringen.

Gestörte Hautbarriere



- Die Hautzellen sind schlechter vernetzt.
- Die Haut wird trocken, juckt und reagiert empfindlicher auf äußere Reize.
- Es kommt zu erhöhtem Feuchtigkeitsverlust.
- Fremdstoffe wie Bakterien, Allergene oder Reizstoffe können leichter eindringen und eine Reaktion des Immunsystems auslösen.

Umwelteinflüsse

Umwelteinflüsse können den Krankheitsprozess der Neurodermitis beeinflussen, indem sie zu einer Reizung des Immunsystems führen. Diese sogenannten Provokationsfaktoren können dazu beitragen, dass die Erkrankung erstmals auftritt, oder einen neuen Schub auslösen.

Äußere Auslösefaktoren können sehr unterschiedlich sein und nicht bei jedem Menschen mit Neurodermitis lassen sie sich feststellen.

Mögliche Provokationsfaktoren:



Klima (Temperaturschwankungen, niedrige Temperaturen)



Raue Kleidung (z. B. aus Wolle)



Umweltschadstoffe, Tabakrauch

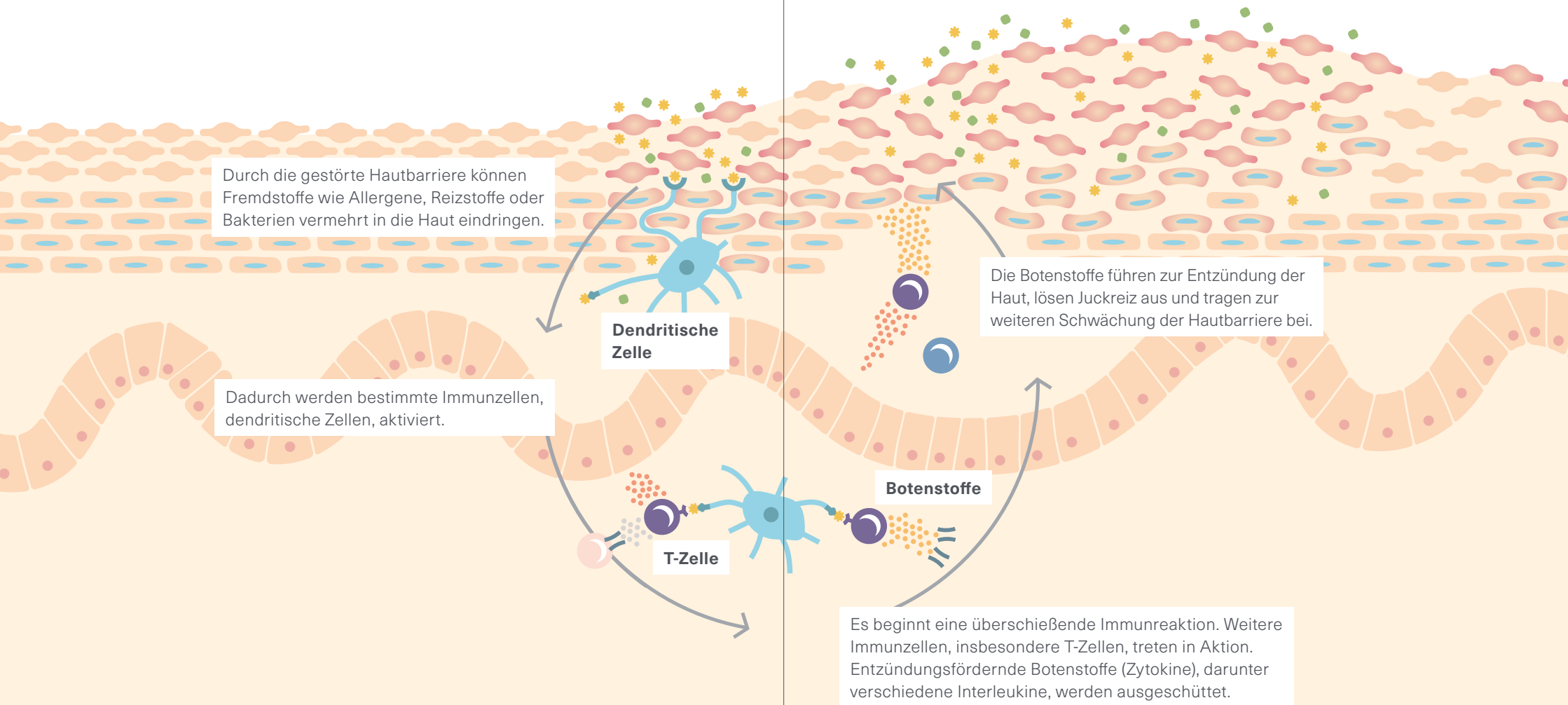


Allergene (z. B. Pollen, Hausstaubmilben)



Fehlleitung des Immunsystems

Das Immunsystem gerät bei Neurodermitis aus dem Gleichgewicht. Die körpereigene Abwehr hat die Aufgabe, Eindringlinge wie Viren, Bakterien oder Schäden im Körper zu erkennen und zu bekämpfen. Es wird durch ein komplexes Zusammenspiel von Immunzellen, Botenstoffen und weiteren Faktoren gesteuert. Seine Abwehrreaktion zeigt sich in Form einer Entzündung. Bei Neurodermitis kommt es zu einer Überreaktion des Immunsystems.



Symptome

Von trockener Haut bis zu großflächigen stark entzündeten Hautbereichen – Neurodermitis kann sehr unterschiedlich ausgeprägt sein und auch der Krankheitsverlauf ist nicht immer gleich. Neben den charakteristischen Hautveränderungen und dem Juckreiz gibt es noch weitere Folgen der Erkrankung, die Auswirkungen auf viele Lebensbereiche haben können.

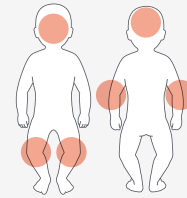
Haut in Aufruhr

- An der Haut bilden sich bei Neurodermitis **entzündete, schuppende** und manchmal **blutende Hautbereiche** (Ekzeme).
- Es kommt zur **Hautrötung** (Erythem).
- Ebenfalls typisch sind **juckende Knötchen** (Papeln), mit **Flüssigkeit gefüllte Bläschen** und das **Nässen und Verkrusten** der betroffenen Haut.
- Die Haut von Menschen mit Neurodermitis ist **sehr empfindlich, trocken** und meist **leicht verdickt** (Lichenifikation), auch wenn die Erkrankung gerade nicht aktiv ist.

Die Hautbeschwerden gehen meist mit **Juckreiz** einher.

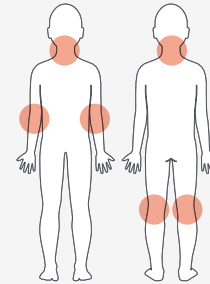
Häufig betroffene Körperbereiche

Welche Körperregionen besonders häufig von den entzündeten Hautveränderungen betroffen sind, ist vor allem altersabhängig.



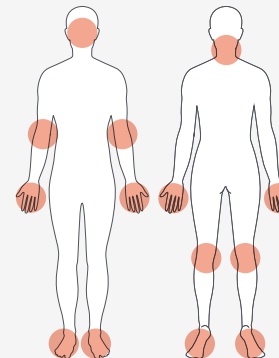
Säuglinge:

Kopfhaut und Gesicht, Ellenbogen und Knie



Kinder:

Beugeseiten der Arme und Knie sowie der Hals



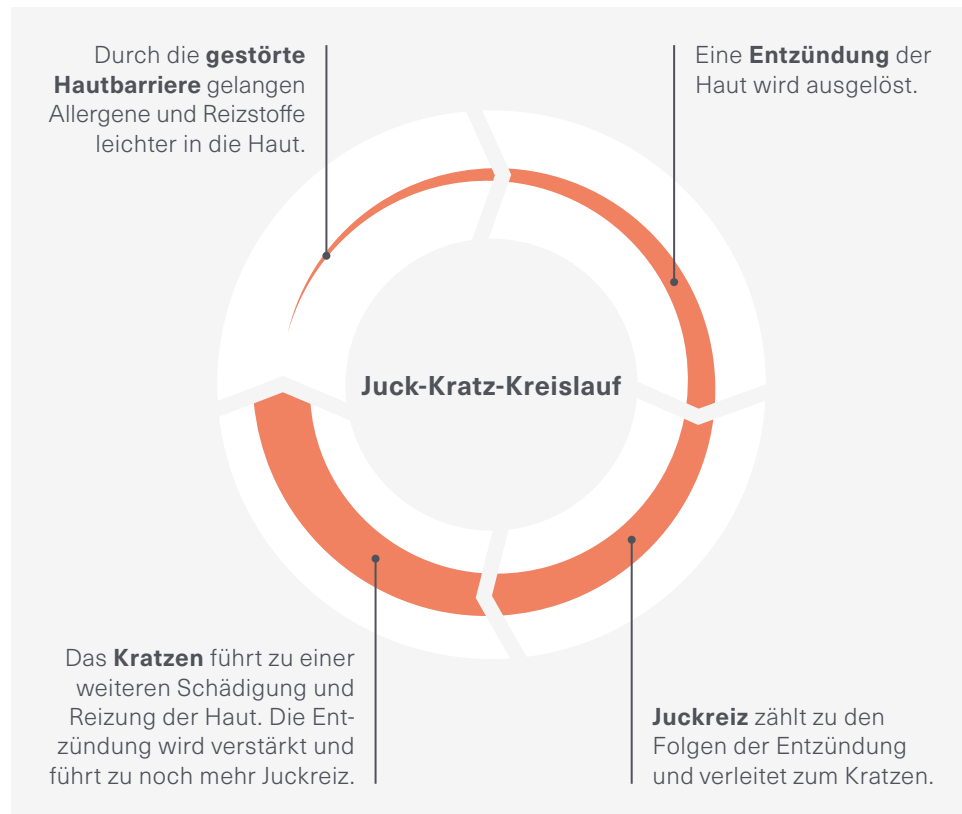
Erwachsene:

Beugeseiten der Arme und Knie, Hände, Füße und der Nacken – auch an Stirn, Gesicht und Augenlidern kann die Neurodermitis auftreten

Juckreiz und Kratzen

Den Juckreiz empfinden viele Menschen mit Neurodermitis als besonders belastend. Schlafstörungen oder auch Konzentrations-schwierigkeiten sind mögliche Folgen des quälenden Symptoms. Juckt die Haut, ist es schwer, dem Drang zu kratzen zu widerstehen. Durch das Kratzen wird ein Schmerzreiz ausgelöst, der den Juckreiz kurzfristig überdeckt und so für Erleichterung sorgt. Das anhaltende Kratzen verstärkt jedoch die Beschwerden der Neurodermitis immer weiter.

Es ist vor allem eine wirksame Therapie der Neurodermitis, mit der es gelingen kann, die Entzündung zu kontrollieren und damit den Juckreiz möglichst zu stoppen.



Neurodermitis im täglichen Leben

Entzündete Haut und Juckreiz – die Symptome der Neurodermitis hinterlassen häufig noch weitere Spuren. Einschränkungen im Alltag und psychische Belastung zählen zu den möglichen Folgen. Die sichtbaren Hautveränderungen können zu Scham oder auch Ausgrenzung führen. Häufig raubt der Juckreiz den Schlaf. Ungewissheit, ob und wann der nächste Schub kommt, kann Ängste nach sich ziehen. Von der Arbeit über Freizeit bis hin zu Beziehung und Freundschaften können viele Lebensbereiche beeinträchtigt werden. Die vielschichtigen Folgen der Neurodermitis sind ein wichtiger Grund, aktiv zu werden und mit der passenden Behandlung etwas gegen die Erkrankung zu unternehmen.

Sprechen Sie mit Ihrem Hautarzt über alle Beschwerden Ihrer Neurodermitis, darüber, welche Sie besonders belasten und was sich durch die Behandlung ändern soll.

Gemeinsam können Sie die für Sie individuell wirksame Therapie finden. Es ist möglich, der Neurodermitis etwas entgegenzusetzen.



Allergie & Co. – eine Neurodermitis kommt selten allein

Neurodermitis wird zu den sogenannten Systemerkrankungen gezählt. Sie betrifft nicht nur die Haut, sondern kann mit Begleiterkrankungen einhergehen, die andere Körperregionen betreffen. Das sind insbesondere andere atopische Erkrankungen. Atopisch bedeutet, dass eine erbliche Veranlagung vorhanden ist, überempfindlich auf Allergene und eigentlich harmlose Umweltstoffe zu reagieren.

Zu den atopischen Erkrankungen zählen neben Neurodermitis:



Asthma



Allergischer Schnupfen bzw. Heuschnupfen mit allergischer Bindehautentzündung (Rhinokonjunktivitis)



Bestimmte Nahrungsmittelallergien

Therapieziele und Behandlung

Behandlung: Auswahl und Möglichkeiten

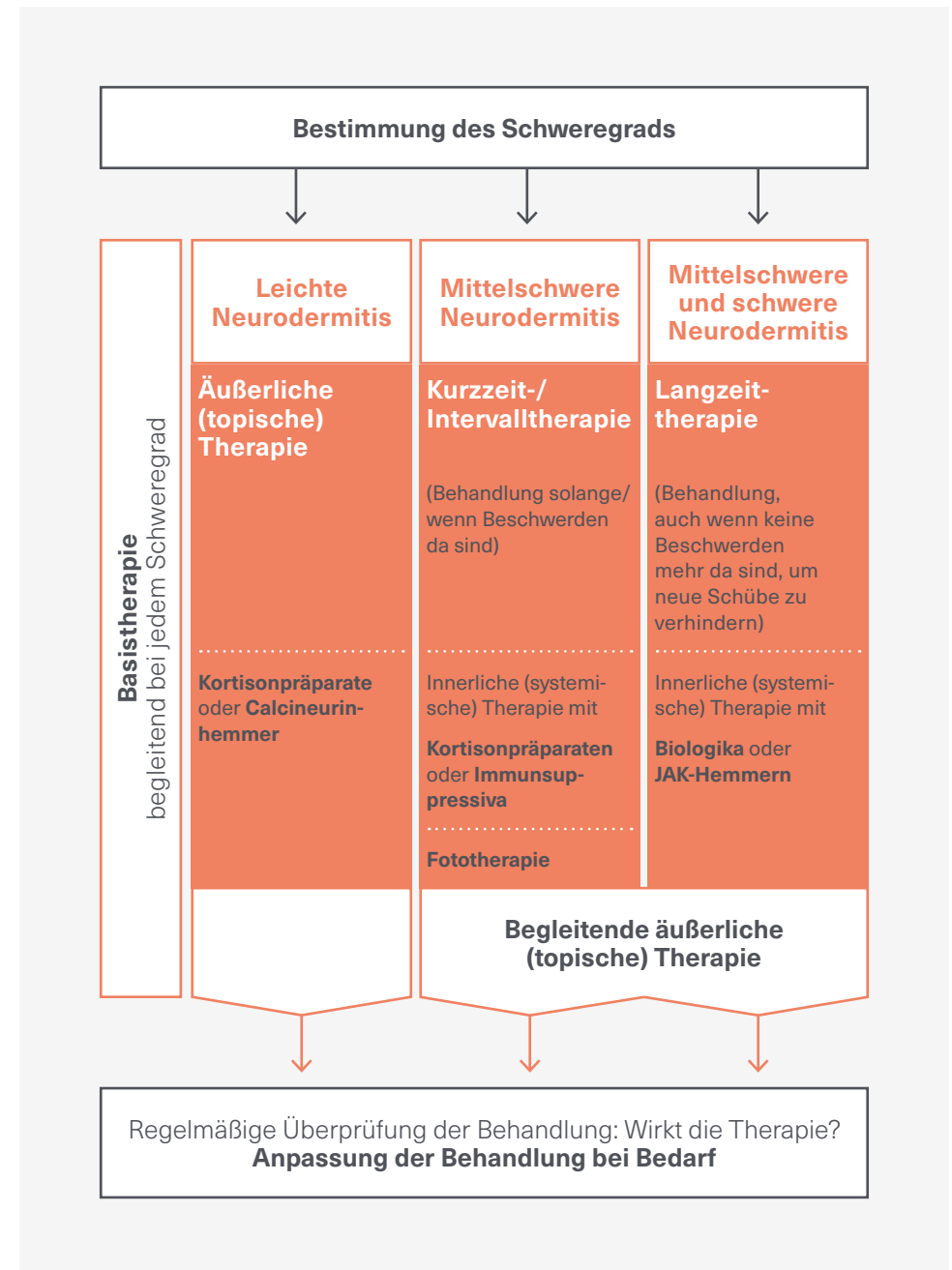
Neurodermitis kann heute wirksam therapiert werden. Generell kann äußerlich (topisch) mit Cremes oder Salben und innerlich (systemisch) mit Tabletten oder Spritzen behandelt werden. Begleitend ist die Basistherapie in Form von Hautpflege und dem Meiden von Provokationsfaktoren fester Bestandteil der Behandlung. Bei Bedarf können darüber hinaus ergänzende Maßnahmen, etwa Patientenschulungen oder eine gezielte Therapie des Juckreizes, zum Einsatz kommen. Medikamente mit neuen Wirkmechanismen haben in den letzten Jahren das Therapiespektrum erweitert.

Das bietet mehr Menschen mit Neurodermitis die Möglichkeit, die individuell passende Behandlung zu finden. Es ist daher wichtig, nicht lockerzulassen, bis die Therapie gefunden ist, die wirklich hilft.

Die Wahl der Behandlung richtet sich vor allem nach dem Schweregrad der Neurodermitis und den individuellen Bedürfnissen jedes einzelnen Betroffenen. Weitere Faktoren sind für die Entscheidung, ob eine äußerliche oder eine innerliche Therapie infrage kommt, wichtig:

- Einschränkungen der Lebensqualität
- Stärke des Juckreizes
- Ausmaß von Schlafstörungen
- Wirkungslosigkeit oder Unverträglichkeit äußerlicher Therapien

Neurodermitis-Therapie nach Schweregrad



Bestimmung des Schweregrads

Beim Schweregrad der Neurodermitis wird zwischen leicht, mittelschwer und schwer unterschieden. Er ist ein wichtiges Kriterium für die Wahl der Therapie. Eine feste Regel für die Bestimmung gibt es jedoch nicht.

Hautärzte können jedoch auf unterschiedliche Messmethoden, sogenannte Scores, zurückgreifen. Sie helfen bei einer einheitlichen Bewertung, indem typische Beschwerden oder Ausprägungen der Neurodermitis herangezogen werden. Wird ein Score nach einiger Zeit erneut berechnet, kann er den Krankheitsverlauf oder auch die Wirkung der Therapie zeigen.

Eczema Area and Severity Index (EASI)

Mit dem EASI lässt sich die Ausbreitung und die Intensität der Hautentzündung bei Neurodermitis berechnen. Die entzündliche Rötung sowie die Verdickung der Haut und das Kratzen werden mit Punkten bewertet. Hinzu kommt der Anteil der betroffenen Körperoberfläche, für den ebenfalls Punkte berechnet werden. Je höher der Punktwert, desto schwerer ist die Erkrankung. Der EASI kann einen Wert von 0 (erscheinungsfrei) bis 72 (sehr schwere Neurodermitis) haben. Ein EASI von 0 bedeutet jedoch nicht, dass keine Neurodermitis vorhanden ist.

Ausmaß von Juckreiz

Juckreiz kann beurteilt werden, indem Betroffene selbst auf einer Skala von 0 (kein Juckreiz) bis 10 (schlimmster vorstellbarer Juckreiz) angeben, wie ausgeprägt er in den letzten 24 Stunden war.

Trockene Haut oder schwere Entzündung?

Beim Schweregrad kommt es nicht nur auf das Hautbild an, auch Belastungen des täglichen Lebens spielen eine Rolle. Erzählen Sie Ihrem Hautarzt von den Einschränkungen, die Sie durch die Neurodermitis erleben, damit auch das bei der Behandlung berücksichtigt wird.

Scoring Atopic Dermatitis Index (SCORAD)

Für den sogenannten SCORAD werden unterschiedliche Merkmale der entzündeten Haut, der Anteil der betroffenen Körperoberfläche sowie Juckreiz und Schlaf herangezogen und mit Punkten bewertet. Der Wert des SCORAD kann zwischen 0 und 103 Punkten liegen. Bei weniger als 25 wird die Neurodermitis als leicht, zwischen 25 und 60 als mittelschwer und bei über 60 als schwer eingeschätzt.

Dermatology Life Quality Index (DLQI)

Der DLQI hilft dabei, die Einschränkungen der Lebensqualität durch die Neurodermitis einzuschätzen. Sein Wert ergibt sich aus der Beantwortung von 10 Fragen u. a. zur Freizeit, zum Beruf und zur Partnerschaft. Der DLQI kann einen Wert von 0 (keine Einschränkungen) bis 30 (starke Einschränkungen) haben.

Basistherapie

Unabhängig vom Schweregrad und von der Wahl der Therapieform ist die Basistherapie fester Bestandteil des Behandlungskonzepts der Neurodermitis. Die Haut von Menschen mit Neurodermitis ist sehr trocken, sensibel und pflegebedürftig.

Aus diesem Grund sollte die Basistherapie auch weitergeführt werden, wenn die Erkrankung nicht akut ist, also auf der Haut keine Entzündung zu erkennen ist. Teil der Basistherapie sind die Hautpflege und das Meiden von Provokationsfaktoren.



Patientenschulungen

Neurodermitis ist eine facettenreiche Erkrankung und kann von vielen Faktoren beeinflusst werden. Patientenschulungen vermitteln Wissen über zahlreiche Aspekte der Erkrankung und die Möglichkeiten, ihr etwas entgegenzusetzen. Der Deutsche Allergie- und Asthmabund (DAAB) bietet online unter www.allergie-wegweiser.de eine Suchfunktion für Schulungen.

Sorgsame Hautpflege

Für die Hautpflege bei Neurodermitis werden wirkstofffreie Cremes, Salben oder Lotionen verwendet. Sie sollten frei von Duft- und Konservierungsstoffen sein, damit die Haut nicht gereizt wird. Ziel der gründlichen, sanften und auf den individuellen Hautzustand abgestimmten Pflege ist der Aufbau, die Wiederherstellung und der Schutz der gestörten obersten Hautschicht. Die Pflegeprodukte dienen dazu, die fehlende Fettschicht zu ergänzen und das Austrocknen der Haut zu vermeiden.

Provokationsfaktoren meiden

Bei manchen Menschen mit Neurodermitis können bestimmte Faktoren einen neuen Schub fördern oder auch zu einer Verschlechterung der Erkrankung beitragen. Ob es solche Provokationsfaktoren gibt und welche es sind, ist sehr unterschiedlich. Herauszufinden, ob und wenn ja, welche Faktoren Einfluss auf das Krankheitsgeschehen nehmen, ist daher hilfreich. Sind Provokationsfaktoren bekannt, können sie gemieden und der Umgang mit der Neurodermitis damit erleichtert werden.

Zu möglichen Provokationsfaktoren zählen:



Bestimmte Nahrungsmittel, wie Kuhmilch, Hühnerei, Nüsse oder Fisch, wenn eine Lebensmittelallergie oder -intoleranz besteht



Reizstoffe, z. B. kratzende Kleidung, Bleichmittel oder Lösungsmittel



Allergene, z. B. Pollen, Haustierschuppen, Hausstaubmilben

Äußerliche Therapie

Eine leichte Neurodermitis wird äußerlich (topisch) mit Cremes, Salben oder Lotionen behandelt, die auf die betroffene Haut aufgetragen werden und unterschiedliche Wirkstoffe enthalten. Eine weitere Möglichkeit der äußerlichen Behandlung ist die Lichttherapie (Fototherapie), die bei mittelschwerer Neurodermitis angewendet werden kann.

Kortisonpräparate

Sie werden auch Kortikoide, Glukokortikoide oder Kortison genannt. Kortisonpräparate unterdrücken die Reaktion des Immunsystems und haben eine stark entzündungshemmende Wirkung. Sie zählen häufig zur ersten Behandlung, wenn andere topische Therapien wirkungslos waren. Ihre Wirkung tritt schnell ein und sie sind in unterschiedlichen Wirkstärken von schwach bis sehr stark erhältlich. Im Gesicht, am Hals und an anderen sehr sensiblen Hautbereichen sowie an Stellen, an denen die Haut aneinanderreibt, sollten Kortisonpräparate nur kurzfristig angewendet werden.

Calcineurinhemmer

Calcineurinhemmer werden auch als topische Immunmodulatoren bezeichnet, da sie gezielt auf das Immunsystem der Haut wirken und dadurch gegen die Entzündung. Sie werden vor allem eingesetzt, wenn die Behandlung mit Kortisonpräparaten nicht möglich ist. Während der Behandlung mit Calcineurinhemmern ist ein wirksamer Sonnenschutz wichtig.

Lichttherapie

Die Licht- oder Fototherapie wirkt durch physikalische Effekte auf die Haut. Die betroffenen Hautbereiche werden mit ultravioletter Strahlung (UV-A oder UV-B) bestrahlt. Die Lichttherapie wirkt entzündungshemmend und kann zur Behandlung der akuten Beschwerden angewendet werden. Sie wird in der Regel nur bei Erwachsenen eingesetzt. Bei der Licht-Bade-Therapie (Balneofototherapie) wird die Lichttherapie mit Solebädern kombiniert.





Innerliche Therapie

Bei der innerlichen (systemischen) Behandlung werden Medikamente als Tabletten oder Injektionen verabreicht. Sie beeinflussen auf unterschiedliche Weise das Immunsystem und bekämpfen damit den Entzündungsprozess der Neurodermitis sowie den Juckreiz.

Neben den herkömmlichen innerlichen Therapien, Immunsuppressiva und Kortisonpräparate, die bei mittelschwerer Neurodermitis infrage kommen, steht heute eine neue Generation von Medikamenten mit neuen Wirkprinzipien zur Verfügung. Biologika und JAK-Hemmer greifen gezielt in den Krankheitsprozess im Immunsystem ein und unterbrechen ihn. Sie können bei mittelschwerer bis schwerer Neurodermitis eingesetzt werden.



Infektionsrisiko und Impfschutz

Medikamente, die das Immunsystem beeinflussen, können das Infektionsrisiko erhöhen. Vor der Therapie müssen daher Infektionen, z. B. Tuberkulose oder Hepatitis B, ausgeschlossen werden. Darüber hinaus sollte überprüft werden, ob ein ausreichender Standardimpfschutz besteht oder ob Impfungen ergänzt bzw. aufgefrischt werden müssen. Dies trifft sowohl auf die Behandlung mit Immunsuppressiva als auch mit Biologika und JAK-Hemmern zu.

Immunsuppressiva

Immunsuppressiva unterdrücken das Immunsystem und wirken dadurch entzündungshemmend. Sie werden als Tabletten oder Injektionen verabreicht. Bestimmte Immunsuppressiva sollten aufgrund von Nebenwirkungen nicht langfristig eingenommen werden. Ein wirksamer Sonnenschutz ist bei einigen Immunsuppressiva wichtig. Während der Therapie sind regelmäßige Kontrolluntersuchungen notwendig, um Nebenwirkungen frühzeitig zu erkennen.

Kortisonpräparate

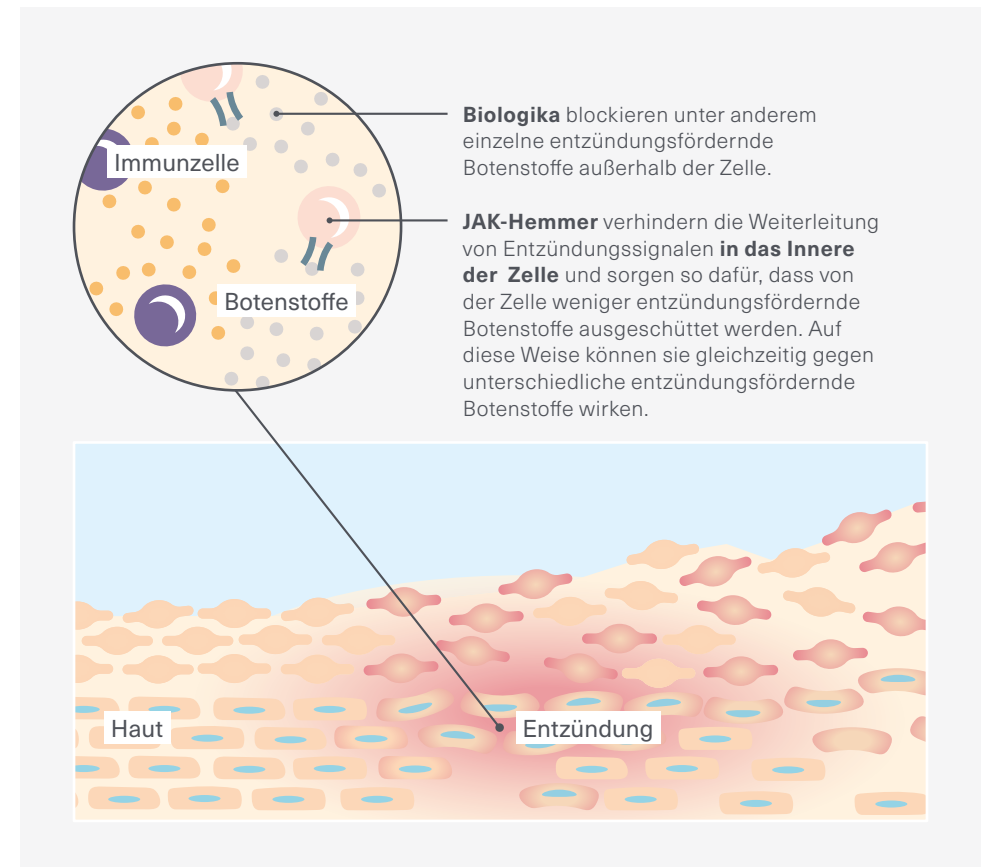
Kortisonpräparate, auch Glukokortikoide, Kortikoide, Kortikosteroide oder umgangssprachlich Kortison genannt, kommen bei Neurodermitis nicht nur äußerlich, sondern auch innerlich als Tabletten zur Anwendung. Sie wirken stark entzündungshemmend und ihre Wirkung setzt rasch ein. Kortisonpräparate können kurzzeitig im akuten Schub bei Erwachsenen angewendet werden, bei Kindern und Jugendlichen nur in Ausnahmefällen. Da sie bestimmte Nebenwirkungen haben können, werden sie für eine längerfristige Therapie nicht empfohlen.

Biologika

Biologika sind biotechnologisch hergestellte Medikamente, die gezielt in die fehlgeleitete Reaktion des Immunsystems eingreifen. Sie blockieren z. B. bestimmte entzündungsfördernde Botenstoffe und unterbrechen so den Entzündungsprozess. Sie werden als Injektion unter die Haut verabreicht und können bei guter Wirkung und Verträglichkeit langfristig eingesetzt werden, um neue Schübe zu verhindern.

JAK-Hemmer

JAK-Hemmer sind Medikamente, die als Tabletten gegeben werden. Sie greifen gezielt in das Immunsystem ein, indem sie bestimmte Enzyme, die Januskinasen (JAK), hemmen. JAK sind im Inneren von Immunzellen an der Signalweiterleitung von entzündungsfördernden Botenstoffen beteiligt. JAK-Hemmer binden an diese Signalvermittler. Dadurch wird die Weiterleitung von Entzündungssignalen verhindert und der Krankheitsprozess kann langfristig unterbrochen werden. JAK-Hemmer können zur Vermeidung von neuen Schüben auch langfristig angewendet werden. Während der Therapie sind regelmäßige Kontrolluntersuchungen notwendig, um mögliche Nebenwirkungen frühzeitig zu erkennen.



Therapieziele

Neurodermitis kann heute wirksam behandelt werden. Die erweiterten Therapiemöglichkeiten vergrößern die Chance, die Behandlung zu finden, die endlich eine möglichst erscheinungs- und symptomfreie Haut erreichen kann. Das Ziel der Therapie zu kennen kann bei der Wahl der Behandlung helfen.

Das Behandlungsziel festzulegen ist die Basis dafür, den Erfolg der Therapie zu messen. Überlegen Sie sich daher, was Sie von der Therapie erwarten und was Sie erreichen möchten. Sprechen Sie auch mit Ihrem Hautarzt über das Therapieziel, Ihre Bedürfnisse und darüber, welche Erfahrungen Sie vielleicht bereits gemacht haben.

Was soll sich ändern?

Möglichst erscheinungsfreie Haut:

Linderung von Juckreiz und anderen Symptomen

Unbeschwert durch den Alltag:

Beruf, Freizeit, Freundeskreis und Partnerschaft

Selbstbewusst und selbstbestimmt:

Keine Scham mehr, sich nicht angestarrt fühlen

Keine neuen Schübe:

Anhaltende Besserung und keine Verschlechterung der Neurodermitis

Ihre persönlichen Ziele und Erwartungen an die Therapie

Überlegen Sie sich, was Ihnen bei der Behandlung der Neurodermitis besonders wichtig ist:

Was bedeutet es für Ihr tägliches Leben, wenn sich die Neurodermitis endlich bessert? Was ist Ihr persönliches Therapieziel? Welche Dinge oder Aktivitäten sollen wieder möglich sein?

Wenn Sie das Therapieziel kennen, können Sie gemeinsam mit Ihrem Hautarzt verfolgen, ob die Behandlung wirkt wie gewünscht oder eventuell angepasst bzw. eine neue Lösung gefunden werden muss.

Tipps für das Arztgespräch

Die Behandlung auswählen, das Therapieziel festlegen und verfolgen – eine gute Voraussetzung dafür ist, dass Sie diesen Weg partnerschaftlich mit Ihrem Hautarzt gehen.

Dabei ist die fachliche Seite wichtig, aber auch ein vertrauensvolles Verhältnis. Sprechen Sie offen mit Ihrem Arzt über alle Aspekte der Neurodermitis, über die Behandlungsmöglichkeiten und auch über Ihre Erwartungen an die Therapie. Wenn Sie gut auf den Termin vorbereitet sind, können Sie das Gespräch bestmöglich nutzen.

1. Vorbereiten

- Schreiben Sie vor Ihrem Termin auf, welche Fragen Sie zur Erkrankung und zu Ihrer Therapie haben, damit Sie während des Gesprächs nichts vergessen.

2. Nachfragen

- Scheuen Sie sich nicht, nachzufragen, wenn Sie während des Gesprächs mit Ihrem Arzt etwas nicht verstanden haben.

3. Notieren

- Machen Sie sich während des Arztgesprächs Notizen, so können Sie nach dem Termin noch einmal nachvollziehen, was Sie besprochen haben.

Notizen

Therapietreue

Die Behandlung Ihrer Neurodermitis ist ausgewählt und Sie kennen das Ziel der Therapie. Nun kommt es darauf an, die besten Voraussetzungen für den Behandlungserfolg zu schaffen. Ihr Beitrag dazu ist besonders wichtig. Die Basis für eine von der Entzündung befreiten Haut legen Sie vor allem mit der genauen Umsetzung der Therapie.



Ändern Sie die Dosierung oder Häufigkeit der Einnahme Ihrer Medikamente bzw. die Umsetzung der Therapie nur in Abstimmung mit Ihrem Hautarzt.



Sprechen Sie mit Ihrem Arzt, wenn Sie Bedenken hinsichtlich der Behandlung haben. Gemeinsam können Sie eine Lösung finden und mögliche Unsicherheiten aus dem Weg räumen.



Einige Therapien sind darauf ausgelegt, die Neurodermitis langfristig zu kontrollieren und dafür zu sorgen, dass keine neuen Schübe auftreten. Bei diesen Medikamenten ist es wichtig, dabeizubleiben, auch wenn die Hautentzündung abgeklungen ist.



Machen Sie sich immer wieder Ihr Therapieziel bewusst. Achten Sie darauf, was sich bereits mit Ihrer aktuellen Therapie verändert hat. Zu sehen, was Sie erreicht haben und beibehalten wollen, kann Antrieb sein, bei der Therapie nicht nachzulassen.



Weitere Informationen

Informationen, Austausch und Selbsthilfe

Informieren Sie sich über die Neurodermitis und ihre Therapie-möglichkeiten. Gut Bescheid zu wissen kann Ihnen mehr Sicherheit im Umgang mit der Erkrankung geben und helfen, langfristig gut mit ihr zu leben. Auch der Austausch in der Selbsthilfe ist für viele Menschen mit Neurodermitis eine große Unterstützung. Eigene Erfahrungen und Sichtweisen mit anderen Betroffenen zu teilen kann Ihnen neue Perspektiven eröffnen und das Leben mit der Neurodermitis erleichtern.

Deutscher Allergie- und Asthmabund e. V. (DAAB)

Der DAAB ist der am längsten bestehende Patientenverband Deutschlands und richtet sein Angebot an Menschen, die Allergien, Asthma, Neurodermitis oder Unverträglichkeiten haben. Informationen, Beratung, Veranstaltungen, ein Blog sowie ein Mitgliedermagazin gehören zum vielfältigen Angebot.

Tel.: 02166 6478820
E-Mail: info@daab.de
www.daab.de



Allergie-Wegweiser

Der DAAB bietet online eine praktische Suchfunktion, mit der sich Arztpraxen, Kliniken, aber auch Schulungen und Ernährungsberatungen rund um Allergien, Atemwegs- und Hauterkrankungen finden lassen.

www.allergie-wegweiser.de

Deutscher Neurodermitis Bund e. V. (DNB)

Informationen, bundesweite Infostellen, Beratung sowie ein Mitgliedermagazin bietet der DNB. Ziel der Patientenorganisation ist, die Lebensqualität von Neurodermitikern zu verbessern, wo immer es geht, sowie die Interessenvertretung gegenüber der Öffentlichkeit.

E-Mail: info@neurodermitis-bund.de
www.neurodermitis-bund.de



Deutsche Haut- und Allergiehilfe e. V. (DHA)

Die DHA setzt sich für die Belange von Menschen mit chronischen Hauterkrankungen und Allergien ein. Neben den Informationen auf der Internetseite bietet die Organisation kostenfreie Broschüren sowie eine Mitgliederzeitschrift.

Tel.: 0228 367910

E-Mail: info@dha-allergien.de

www.dha-neurodermitis.de



Bundesverband Neurodermitis e. V. (BVN)

Die Selbsthilfeorganisation bietet den Erfahrungsaustausch in Selbsthilfegruppen in ganz Deutschland, Informationen zu Neurodermitis und weiteren Hauterkrankungen, ein Mitglieder-magazin sowie Beratung zu medizinischen und sozialrechtlichen Fragen.

Tel.: 06742 87130

E-Mail: info@neurodermitis.net

www.neurodermitis.net



Netzwerk Autoimmunerkrankter e. V. (NIK)

Das NIK ist eine Patienteninitiative mit dem Ziel, Betroffene und Angehörige ganzheitlich und krankheitsübergreifend zu begleiten. Somit ist das Netzwerk auch Ansprechpartner für Menschen mit Neurodermitis und bietet gezielte Beratung und Aufklärung sowie Informationsveranstaltungen.

E-Mail: info@nik-ev.de

www.nik-ev.de



Wen juckt's?

Aktiv werden und das Leben nicht von der Neurodermitis bestimmen lassen! Die Initiative „Wen juckt's?“ von AbbVie unterstützt dabei, neue Wege im Umgang mit der Erkrankung und der Behandlung zu finden, und bietet viele Informationen, Tipps und praktische Tools rund um die Neurodermitis.

www.neurodermitiswenjuckts.de



AbbVie Care

Das Internetportal von AbbVie Care bietet Wissenswertes und hilfreichen Service rund um Neurodermitis und Tipps für den Alltag mit der chronischen Erkrankung. Darüber hinaus gibt es Broschüren zum Download sowie News und aktuelle Termine.

www.abbvie-care.de/neurodermitis



Glossar

A

Allergen

Substanz, die eine allergische Reaktion auslösen kann.

Asthma

Chronische entzündliche Erkrankung der Atemwege; allergisches Asthma zählt zu den atopischen Erkrankungen.

Atopie

Erbliche Veranlagung, überempfindlich auf den Kontakt mit Allergenen zu reagieren.

Atopische Dermatitis

Neurodermitis.

Atopische Erkrankungen

Erkrankungen, die auf einer Atopie beruhen, können allein, nacheinander oder zeitgleich auftreten. Zu den atopischen Erkrankungen zählen allergische Rhinokonjunktivitis (Schnupfen mit Bindehautentzündung), allergische Konjunktivitis (Bindehautentzündung), allergisches Asthma, allergische Rhinitis (Heuschnupfen), bronchiale Hausstaubmilbenallergie und Nahrungsmittelallergien.

Atopisches Ekzem

Neurodermitis.

B

Biologika

Biotechnologisch hergestellte Medikamente, die u. a. bei Neurodermitis eingesetzt werden; greifen gezielt in die Entzündungsprozesse im Immunsystem ein und hemmen sie.

Botenstoffe

Sind an der Steuerung des Immunsystems beteiligt, indem sie Signale an Zellen weitergeben und so z. B. Entzündungen beeinflussen. Es gibt entzündungsfördernde und entzündungshemmende Botenstoffe.

C

Calcineurinhemmer

Medikamente, die das Immunsystem modulieren; u. a. zur Therapie der Neurodermitis.

Chronische Entzündung

Bleibt ein Entzündungsprozess dauerhaft bestehen, wird er als chronisch bezeichnet; ist z. B. bei Neurodermitis der Fall.

D

Dendritische Zellen

Bestimmte Immunzellen; spielen u. a. eine wichtige Rolle bei der Entstehung von Neurodermitis.

Dermatologe

Hautarzt.

DLQI-Fragebogen

DLQI ist die Abkürzung für „Dermatology Life Quality Index“. Anhand des DLQI-Fragebogens kann die Lebensqualität bei chronischen Hauterkrankungen ermittelt werden.

E

EASI

Abkürzung für „Eczema Area and Severity Index“; Messmethode, sogenannter Score, zur Berechnung des Ausmaßes und Schweregrads der Neurodermitis.

Ekzem

Entzündeter, geröteter und häufig juckender Hautbereich.

Entzündung

Abwehrreaktion des Immunsystems, z. B. gegen Eindringlinge im Körper (etwa Viren, Bakterien oder Umwelteinflüsse); Zeichen einer Entzündung sind Wärme, Rötung, Schwellung und Schmerzen. Ist die Abwehrreaktion erfolgreich abgeschlossen, klingt die Entzündung ab (Ausnahme: chronische Entzündung).

Erythem

Rötung der Haut.

- F** **Fototherapie**
Lichttherapie.
- H** **Hepatitis**
Entzündung der Leber.
- I** **Immunsuppressiva**
Medikamente, die das Immunsystem unterdrücken.
- Immunsystem**
Komplexes Abwehrsystem des Körpers, das ihn mithilfe von Zellen und Botenstoffen vor Angriffen durch Krankheitserreger schützt. Eine Fehlleitung des Immunsystems kann u. a. zu einer chronischen Entzündung führen.
- Infektion**
Eindringen von Krankheitserregern (z. B. Viren oder Bakterien) in den Körper und ihre Vermehrung; kann eine Entzündung auslösen.
- Injektion**
Verabreichen von Medikamenten mit einer Spritze oder einer Injektionshilfe (z. B. einem Pen). Erfolgt eine Injektion unter die Haut (also nicht in die Vene oder in den Muskel), wird sie als subkutan bezeichnet.
- Interleukine**
Botenstoffe des Immunsystems, die im Entzündungsprozess eine große Rolle spielen.
- J** **JAK-Hemmer**
Januskinase-Hemmer; kleine Moleküle, die im Inneren von Zellen an Januskinasen binden und dadurch die Weiterleitung von Entzündungssignalen verhindern und den Krankheitsprozess unterbrechen; Medikamente, die u. a. bei Neurodermitis eingesetzt werden.

- Januskinasen**
Enzyme (Eiweißstoffe), die im Immunsystem an der Signalweiterleitung von entzündungsfördernden Botenstoffen beteiligt sind.
- K** **Komorbiditäten**
Begleiterkrankungen.
- Kortisonpräparate**
Auch Glukokortikoide, Kortikoide oder umgangssprachlich Kortison; Medikamente, die eine entzündungshemmende Wirkung haben und hochdosiert auch das Immunsystem unterdrücken.
- L** **Lichenifikation**
Verdickung der Haut.
- Lichttherapie**
Behandlung der Haut mit ultravioletter Strahlung (UV-A- oder UV-B-Strahlung).
- N** **Neurodermitis**
Auch atopische Dermatitis oder atopisches Ekzem; chronisch-entzündliche Hauterkrankung mit entzündeten und juckenden Hautveränderungen und starkem Juckreiz.
- P** **Papel**
Juckendes Knötchen auf der Haut.
- R** **Rhinokonjunktivitis**
Allergischer Schnupfen mit Bindehautentzündung; zählt zu den atopischen Erkrankungen.

S

SCORAD

Abkürzung für „Scoring Atopic Dermatitis Index“; Messmethode, sogenannter Score, zur Berechnung des Schweregrads der Neurodermitis.

Systemerkrankung

Erkrankung, die nicht nur auf eine bestimmte Körperregion beschränkt ist, sondern viele Bereiche des Körpers betreffen kann.

Systemische Therapie

Innerliche Behandlung mit Medikamenten, z. B. mit Tabletten, Infusionen oder Injektionen.

T

Topische Therapie

Äußerliche Behandlung mit Medikamenten, z. B. mit Cremes oder Salben.

Tuberkulose

Infektionserkrankung, die durch bestimmte Bakterien verursacht wird und am häufigsten die Lunge befällt.

T-Zellen

Bestimmte Immunzellen; spielen eine wichtige Rolle im Immunsystem.

Z

Zytokin

Botenstoff.



Diese Broschüre empfiehlt Ihnen die Praxis:



you

Tel.: 08000 486472
E-Mail: info@abbvie-care.de
www.abbvie-care.de

AbbVie Deutschland GmbH & Co. KG
Mainzer Straße 81 | 65189 Wiesbaden