

Prof. Dr. O. Braun-Falco

Hautreinigung bei atopischem Ekzem (Neurodermitis diffusa, endogenes Ekzem)

Das atopische Ekzem zählt zu den besonders wichtigen und häufigen Manifestationsformen der Atopie. In unterschiedlichen Lebensaltern prägt sich das atopische Ekzem in unterschiedlicher Weise aus. Das klinische Spektrum reicht vom „Milchschorf“ bis zu den „Beugenekzemen“. Allen Patienten mit Prädisposition zum atopischen Ekzem gemeinsam ist die Neigung zu trockener Haut (Sebostase).

Nicht zuletzt wegen dieser Trockenheit und Austrocknungsneigung der Haut stellt deren Reinigung beim Atopiker besondere Probleme dar. Zu der Zeit, als nur Seifen zur Hautreinigung zur Verfügung standen, wurde ärztlicherseits von jeglicher Hautreinigung bei ekzematösen Veränderungen abgeraten, ein sogenanntes Seifenverbot ausgesprochen. Hier hat sich in den letzten Jahrzehnten insofern ein Wandel ergeben, als nunmehr auch Hautreinigungspräparate auf Syndetbasis eingesetzt werden können. Syndetpräparate sind anders als Seifen nicht notwendig alkalisch, sie können auf den im Sauren liegenden pH der normalen menschlichen Haut eingestellt werden (pH 5,4–5,9). Darüberhinaus fällt bei Syndetpräparaten der kalziumfällende Effekt der Seifen fort, der sich auf ekzematöser Haut in verstärktem Juckreiz äußert. Angesichts der großen Reinigungskraft von Syndetpräparaten gilt es, diese aber sparsamer als Seifen zu dosieren. Für die Verträglichkeit sind eingesetzte Syndetmenge, Temperatur des Waschwassers sowie Häufigkeit und Intensität des Waschvorganges wichtige Faktoren. In jedem Falle gilt es nach der Hautreinigung rückzufetten, dabei kann die Anwendung von Öl-in-Wasser-Emulsionen ausreichend sein, gegebenenfalls ist aber auch auf Wasser-in-Öl-Emulsionen zurückzugreifen.

Atopic eczema is one of the most important and most frequent manifestations of atopy. While there is a wide variety of clinical manifestations of atopic eczema, dry skin is a common feature in all patients. Especially in this type of skin frequent washing leads to an increase of dryness and itching.

Thus skin cleansing is a major problem in patients with atopic eczema. At a time when only soaps were available for cleansing the skin many doctors simply forbade washing. The invention of synthetic detergents has changed the situation a lot. These preparations can be prepared with an acid pH respecting the pH of the 'skin mantle'. In addition synthetic detergents do not catch calcium ions as soaps do what causes itch when soaps are used in eczematous skin. As synthetic detergents have a high potency for skin cleansing they can be used in comparatively small doses. Actually the dose, the temperature of the washing solution and the frequency and intensity of the washing procedure are critical with respect to safety in eczematous skin. In almost every case of atopic eczema skin care should comprise the use of an emulsion after washing. In many cases the use of an emulsion of the oil-in-water-type is sufficient, the so-called lotions often turn out helpful. In some cases, however, emulsion of the water-in-oil-type are preferably.

Die Erkrankung atopisches Ekzem gehört zusammen mit dem allergischen Schnupfen, der allergischen Bindehautentzündung und dem allergischen Asthma bronchiale zu den klassischen atopischen Krankheiten. Unter Atopie versteht man eine Neigung zu diesen Erkrankungen, die familiär gebunden vorkommt und sich in unterschiedlicher Intensität bei den einzelnen Familienmitgliedern äußern kann.

Das atopische Ekzem kann sich während des Lebens in verschiedenen Erscheinungsformen manifestieren. In der Säuglingszeit beginnt es gewöhnlich nach dem 3. Lebensmonat mit entzündlichen, stark juckenden Hautveränderungen, die besonders am behaarten Kopf, im Gesicht, an der oberen Brustpartie und den Streckseiten der unteren Extremitäten zu Bläschen- und Krustenbildung neigen. Im Bereich des Gesichtes und des Kopfes entwickeln sich in schweren Fällen Krusten, die wie angebrannte Milch aussehen; deshalb hat man die Erkrankung früher auch als „Milchschorf“ bezeichnet. Mit einer Allergie gegen Milch hat dies primär nichts zu tun. Bereits vom 2. Lebensjahr an kann diese sehr entzündlich-krustöse Phase von Hauterscheinungen durch mehr auf Gesicht, seitliche Halspartien, besonders aber Nacken und die großen Gelenkbeugen (Ellenbeugen, Kniekehlen) lokalisierte Hauterscheinungen abgelöst werden, bei denen nunmehr entzündliche Hautverdickung sowie Vergrößerung der Hautfalte sowie starker Juckreiz im Vordergrund der Hauterkrankung steht. Man hat diese Erscheinungsform auch als ein „Beugenekzem“ bezeichnet. Daneben kennen wir bei dieser Patientengruppe auch noch andere Manifestationsformen, die sich beispielsweise als Handekzem oder als ein Ekzem, das sich mit münzengroßen Herden an den Extremitäten manifestiert (nummuläres atopisches Ekzem), auftreten kann.

Bei allen Patienten, die zum atopischen Ekzem neigen, ist eine trockene Haut (Sebostase) typisch. Diese Haut neigt bei zu häufigen Waschprozeduren zu weiterer Austrocknung und damit zu Juckreiz und kann, da die Hornschicht an der Oberfläche nicht selten keinen ausreichenden Zusammenhalt bietet, auch zu Infektionen – meist durch Bakterien – Veranlassung geben.

Hautreinigung ist daher bei solchen Patienten zum einen wegen der ekzematösen Hauterscheinungen, zum anderen wegen der Trockenheit und Austrocknungsneigung der Haut komplizierter als bei normalen Menschen. Liegen ekzematöse Hauterscheinungen vor, so wurde früher ein Seifenverbot ausgesprochen, weil Seifen gewöhnlich alkalisch reagieren und durch ihre Alkalität und Fällung von Kalzium in der Hautzelle die entzündlichen Veränderungen verschlechtern.

Das Seifenverbot stand also früher am Beginn jedweder Ekzembehandlung und auch der Behandlung von atopischen Ekzemen. Diese Situation hat sich erst dadurch geändert, daß nichtalkalische Reinigungsmittel auf Syndetbasis, wie beispielsweise Sebamed[®], zur Verfügung stehen. Diese Syndets können in ihrem pH-Wert so eingestellt werden, daß sie der normalen Haut entsprechen. Wir wissen, daß der pH-Wert der normalen Haut im sauren Bereich liegt, das heißt bei pH 5,4 bis 5,9. Dieser saure pH-Wert, der von Marchionini und Schade als „Säuremantel der menschlichen Haut“ beschrieben wurde, hat Schutzfunktionen, besonders auch gegen bestimmte krankmachende Bakterien. Sauer eingestellte Syndets sind aus diesen Gründen als ideale Reinigungsmittel bei Patienten mit atopischem Ekzem zu sehen, zumal sie nicht wie gewöhnliche Seifen kalziumfällende Eigenschaften haben, die ihrerseits in ekzematöser Haut juckreiz- und entzündungsverstärkend wirken können. Deshalb empfehlen sich sauer eingestellte Syndets wie Sebamed[®] flüssig zur Hautreinigung.

Allerdings ist darauf zu achten, daß die Menge des verwandten Hautreinigungsmittels nicht zu groß bemessen wird. Die Menge des verwandten Syndets, die Temperatur des Waschwassers sowie die Häufigkeit und Intensität des Waschvorganges sind im Einzelfall kritische Parameter für die Syndetverträglichkeit. Syndets haben eine große Reinigungskapazität; man benötigt daher nur geringe Mengen zur Reinigung, weniger als von Seifen. Die Art der Reinigung mit einem Syndet muß insofern individuell eingestellt werden, wobei keine Reizung der Haut, kein Spannen oder zu starke Entfettung der Haut auftreten sollte.

Bei den meisten Patienten mit atopischen Ekzemen ist es ohnehin empfehlenswert, nach jedem Waschvorgang auf eine entsprechende Rückfettung der an sich bereits vergleichsweise trockenen Haut zu achten. Besonders die Extremitäten (Arme, Beine) sollten nachgefettet werden, weil hier die Talgdrüsendichte geringer ist und sich daher Austrocknungsvorgänge leicht einstellen. Zur Rückfettung kommen in Betracht zum einen Öl-in-Wasser-Emulsionen vom Typ Milch (Sebamed[®]-Lotion, Satina-Milch, Nivea-Milch), aber auch stärker fettende Cremes wie Linola-Emulsion oder Hydrocreme Cordes.

Wenn die rückfettende Wirkung solcher Präparate subjektiv nicht ausreichend erscheint, muß der Patient seine Haut noch stärker rückfetten. Dazu sind dann Emulsionen vom Typ Wasser-in-Öl geeignet, wie beispielsweise Linola Fett, Lipocrema Cordes, Roche-Posay Hydranorm.

Wichtig erscheint auch der Hinweis, daß insbesondere beim **Duschen und beim Baden** synthetische Schaumkörper ebenfalls nur in vergleichsweise geringeren Mengen angewandt werden. Hier muß man selbst seine Erfahrungen sammeln. Bei Bädern kann man Syndets auch mit Ölzusätzen kombinieren, z. B. Balneum Hermal F, Ölbad Cordes, Liquidin, Olatum. Für Kleinkinder hat sich uns seit vielen Jahren das „Cleopatra-Bad“ bewährt (1 Tasse Milch mit 1 Eßlöffel Olivenöl emulgieren und dem Badewasser zusetzen).

Auch bei der Auswahl eines **Kopfreinigungsmittels** muß individuell vorgegangen werden. Weniger austrocknende Shampoos, wie Hegor LP, Seba med® Shampoo, haben sich bewährt. Jedenfalls sollte auch hier beim Vorhandensein schuppender^s oder entzündlicher Hauterscheinungen am Abend, vor dem morgendlichen Kopfwaschen, eine entsprechende Cremebehandlung vorgenommen werden, so daß nach dem morgendlichen Waschen der Haare am folgenden Tage die Frisur wieder ohne Schwierigkeiten bewerkstelligt werden kann.

Zusammenfassend ist zu sagen, daß die Hautreinigung mit Wasser und Syndets gegenüber Seifen viele Vorteile besitzt, daß aber die Austrocknungseffekte und entfettenden Effekte auf der Haut sowohl bei Seifen als auch bei Syndets zu beachten sind. Syndets haben darüber hinaus eine leichte antimikrobielle Wirkung und führen praktisch nie zur Kontaktallergie, wenn sie nicht zusätzliche Wirkstoffe (z. B. Deowirkstoffe) enthalten.

Tabelle 1 Merkblatt für Patienten mit atopischem Ekzem

- I. Die Erkrankung beruht auf einer erblichen Anlage, welche sich entweder als Ekzem, als Bronchialasthma oder als Heuschnupfen äußern kann.
- II. Die Haut bei Patienten mit atopischem Ekzem ist trocken, das Haar wirkt relativ spröde, und es besteht eine erhöhte Bereitschaft zu Ekzemen, d. h. zu geröteten und schuppenden, manchmal auch nässenden Herden. Letztere sitzen besonders gern an Ellenbeugen, Kniekehlen, Rücken, Nacken und im Gesicht.
- III. Die Haut von Kindern oder Erwachsenen mit atopischem Ekzem bedarf ständiger Hautpflege.
Dabei ist auf folgendes zu achten:
 1. Häufiges Baden oder Duschen mit Seifen ist zu vermeiden, Schaumbäder sind verboten.
 2. Zum Waschen sollten alkalifreie Seifen verwendet werden. Diese verordnet ihr Arzt.
 3. Dem Badewasser sollte stets ein fettender Ölzusatz beigelegt werden.
 4. Nach jedem Baden oder Duschen sollte die Haut, besonders an Armen und Beinen, mit einer Milch, einer Creme oder einem Öl rückgefettet werden.
 5. Wolle darf niemals direkt auf der Haut getragen werden. Stets sollte Baumwolle- oder Popelinwäsche unter wollener Kleidung getragen werden.

Wichtig ist, daß der Patient mit atopischem Ekzem stets seine Haut morgens und abends pflegt, damit es nicht zu juckenden Ekzemreaktionen kommt. Sollten sich diese doch einstellen, so sollte der Patient möglichst früh seinen Arzt aufsuchen, damit sich die Hauterscheinungen unter entsprechender Behandlung bald wieder zurückbilden.

Der Behandlung des Juckreizes sollte besonders große Aufmerksamkeit zugewendet werden. Besonders bei Kindern ist wegen starken Juckreizes Verständnis von seiten der Erziehungsberechtigten geboten. Gegebenenfalls muß bei Kindern, die in der Schule zurückbleiben, ein Gespräch mit dem Lehrer das notwendige Verständnis erzeugen.
- V. Patienten mit atopischem Ekzem können alles essen. Gelegentlich bestehen Überempfindlichkeiten gegen bestimmte Nahrungsmittel, die dann ausgetestet werden müssen. Übergewicht sollte vermieden werden. Erblich belastete Neugeborene sollten, wenn möglich, gestillt werden.
- VI. Haustiere (Katzen, Hunde, Vögel, etc.) und Hausstaub (Teppiche, Vorhänge etc.) können das Krankheitsbild verschlechtern. Die Wohnräume sollten normale Luftfeuchtigkeit haben (< 55%).
- VII. Meeresklima an der Nordsee sowie Gebirgsklima in Höhen über 1500 m wird besonders gut vertragen. Entsprechende Kuraufenthalte in diesen Klimazonen sind mit dem Arzt zu vereinbaren.