



# Hautpflege bei Neurodermitis

## Basispflege (Basiscreme)

- konsequent mehrmals täglich (1- 4 x täglich) durchführen
- muss gut verträglich sein, sollte von Kind akzeptiert werden
- Behandlung muss sich dem Entzündungsgrad der Haut anpassen
- Dermatologische Grundregeln:
  - „feucht auf feucht“ (Creme = Feuchtigkeit)
  - „Fett auf trocken“ (Salbe = Fett)
  - rechtzeitig Behandeln um Schlimmeres zu verhindern
- je röter die Haut desto weniger Fett
- Heilsalben/- cremes (z.B. Glukokortikoide, topische Calcineurininhibitoren) immer in Verbindung mit Basispflege
- Häufige Behandlungsfehler: Behandlung wird nicht dem Entzündungsgrad der Haut angepasst, Salben werden zu dünn aufgetragen, zu selten gecremt, nach Cortison keine Basispflege gecremt

## Behandlungsstufenplan

Stufen	Symptome	Therapie
1	äußerlich Symptomfreiheit, evt. leichte Trockenheit, minimale Rötung der Haut	Basispflege, Auslöser meiden, Prävention
2	Juckreiz mit Rötung, Knötchen, Kratzspuren (leichtes Ekzem)	Wie Stufe 1, dazu antientzündliche Salben/Cremes/Pasten, Umschläge, Gerbstoffe, Kratzalternativen
3	Stärkere Rötung mit starkem Juckreiz	Wie Stufe 1+2, dazu äußerlich feuchte Umschläge (bei Superinfektion), lokale/systemische antibiotische/antivirale Therapie

Häufig Bestehen gleichzeitig mehrere Stufen bei einem Kind, ebenso sind fließende Übergänge möglich

## Basistherapie bei Exazerbation (plötzliche Verschlechterung der Haut)

- Basistherapie je nach Hautzustand intensivieren
- Fettgehalt der Basistherapie reduzieren
- Juckreizlindernde Maßnahmen
- Fett-feuchte Verbände
- Schwarzteeumschläge
- Haut regelmäßig reinigen, häufiger baden oder duschen
- Ggf. Neurodermitis Overall

## Tipps zum Eincremen

- Kind mit einbeziehen, Eincremezeit in Tagesablauf integrieren
- Bei gereizter Haut Pflegecreme eher einklopfen anstatt einstreichen
- Vor dem Eincremen Hände waschen, auf kurze Fingernägel achten
- Creme mit Holzspatel/Löffel entnehmen (wichtig bei infizierter Haut)
- Von oben nach unten eincremen (erst Gesicht, Hals, Arme, Rücken, Beine, Gesäß)
- Kreisende Eincremetechnik, mit der ganzen Handfläche eincremen (Basiscreme)
- Gerötete und trockene Hautstellen dicker eincremen

- Nach eincremen von infizierter Haut und nach Auftragen von Glukokortikosteroiden/topischen Calcineurininhibitoren Hände waschen

### Tipps zur Körperreinigung:

- Seifen meiden (trocken Haut aus), besser: pH hautneutrale Waschemulsionen
- Offene Hautstellen ggf. vor dem Baden dünn eincremen (verringert Brennen)
- Nach dem Baden/ Duschen kurz kühl abduschen oder Wechselbäder (Anregung der Talg- und Schweißdrüsen für natürlichen Säureschutzmantel)
- Nach dem Baden Haut nur trocken klopfen, nicht abrubbeln
- Nach dem Baden die Haut unbedingt eincremen Medizinisches Bad
- Empfohlen 2 - 3 Mal wöchentlich
- Badedauer maximal 10 min
- Wassertemperatur nicht > 35° C (stärkere Hauterwärmung fördert Juckreiz)
- Ölbad-Badezusatz erst nach der Körperreinigung ins Badewasser geben

### Pflegerische Maßnahmen bei Juckreiz

- Kühlen mit trockener Kälte z.B. Coldpacks in Baumwolltücher (aus Kühlschrank)
- Kühlen mit feuchter Kälte: Hautstellen unter kaltes Wasser halten, feuchtes, kaltes Baumwolltuch auflegen, Kochsalz/Teeumschläge durchführen
- Kochsalzumschlag: bei Juckreiz, entzündeter oder leicht nässender Haut
- Kompressen/ dünne Baumwolltücher mit gekaufter/selbstgemachter Kochsalzlösung (1 Liter abgekochtes Wasser + 1 TL Kochsalz auflösen) tränken, für 10- 15 min auflegen, danach eincremen
- Teeumschlag: bei Juckreiz, stark entzündeter und oder nässender Haut
- 1l starken schwarzen Tee ansetzen (2 Teebeutel auf einen Becher 10- 15 min ziehen lassen) Kompressen/dünne Baumwolllappen mit schwarzem Tee tränken, für 10- 15 min auflegen, danach eincremen

### Fett-feuchte Verbände

- 1. fetthaltige Basispflegecreme dick auftragen, 2. Feucht-warmen Schlauchverband anlegen, 3. Darüber trockenen Schlauchverband anbringen
- Alle 3 Stunden untere Verbandslage anfeuchten
- spätestens nach 6 h Basispflege erneuern, ggf neuen Verband anlegen
- nach Feuchtverband betroffene Stellen erneute mit Basispflege eincremen!
- Aufgrund von Auskühlungsgefahr bei Säuglingen und Kleinkindern hier nur Rumpf oder Arme oder Beine mit Verband versorgen
- keine Feuchtverbände, wenn zuvor eine Glukokortikosteroid oder topisches Calcineurininhibitor aufgetragen wurde!

### Tipps zur Kleidung

- leichte, luftdurchlässige feingewebte Kleidung
- Unterwäsche auf links anziehen (Scheuern der Nähte), Etiketten entfernen
- geeignete Textilien: Baumwolle, Viskose, feingewebtes Leinen, Seide, atmungsaktive Synthetik (Microfaser), Wolle vermeiden (Hautirritation)
- neue Kleidungsstücke vor dem ersten Tragen waschen
- Weichspüler möglich, aber nicht erforderlich