**Neurodermitis** (oder atopisches Ekzem)

**Was ist Neurodermitis?**

* Neurodermitis ist eine chronische, entzündliche, nicht ansteckende Erkrankung.
* Ursache ist eine gestörte Hautbarriere, die auf einem angeborenen Filaggrinmangel (ein Mangel an natürlichen Feuchthaltefaktoren) und einem gestörten Stoffwechsel der hauteigenen Lipide beruht
* dieses führt zu trockener bis extrem trockener Haut und erleichtert ein übermäßiges Bakterienwachstum
* Umwelteinflüsse wie Reizstoffe, Allergene und Verschmutzung sind sog. Triggerfaktoren, die eine Neurodermitis dann auslösen können
* es führt zu einer Entzündungsreaktion und zu Juckreiz
* Intensiver Juckreiz kann permanentes Kratzen auslösen, welches **die Hautbarriere noch zusätzlich zerstört** und ein ideales Umfeld für weiteres Bakterienwachstum schafft
* [**Babys und Kleinkinder**](https://www.eucerin.de/hautzustand/neurodermitis/neurodermitis-im-gesicht-bei-kindern) sind besonders häufig betroffen. 80% der Patienten haben die ersten Hauterscheinungen vor dem zweiten Lebensjahr und 90% der Patienten vor dem fünften.

**Ursachen und Auslöser von Neurodermitis**

* Vererbung: Leiden oder litten beide Elternteile an einer Neurodermitis, so besteht für das Kind ein 60-80%ges Risiko, ebenfalls an einer Neurodermitis zu erkranken
* Da es keine Heilung gibt, kommt dem Vermeiden von Auslösern und der täglichen intensiven Hautpflege große Bedeutung zu, da dieses helfen kann, die schubfreien Phasen zu verlängern

## Das sollten Sie bei Neurodermitis vermeiden

* Bestimmte Nahrungsmittel und Getränke (Milchprodukte, Nüsse, Schalentiere und Alkohol)
* Textilien (besonders Wolle und Nylon)
* Allergene (Hausstaubmilben, Pollen, Tierhaare)
* Duftstoffe
* Wasch- und Reinigungsmittel
* Stress,  Schlafstörungen
* Zigarettenrauch, trockene Luft, Wärme und Schweiß

**Tägliche Hautpflege bei Neurodermitis**

* Hautpflege ist ein wichtiger Baustein im Umgang mit der Neurodermitis und sollte täglich angewendet werden, **in akuten wie in schubfreien  Phasen**.
* Pflege soll die Haut rückfetten, sie geschmeidig und feucht zu halten und vor Reizungen zu schützen
* Dies hilft das Auftreten von Juckreiz zu mindern und kann die Häufigkeit der Schübe reduzieren.

Zu den wichtigsten Inhaltsstoffen in der Hautpflege für Neurodermitis gehören:

* Omega-6-Fettsäuren aus Nachtkerzensamennöl und Traubenkernöl. Sie regenerieren die natürliche Schutzbarriere und stärken die Haut.
* Licochalcone A (ein Extrakt aus der Süßholzwurzel). Es ist ein natürlicher Inhaltsstoff, der die Haut beruhigt und so die Hautrötung reduziert.

*z.B. Eucerin Atopi control Serie ( Akut Pflege, Gesichtscreme, Körperlotion, Dusch- und Badeöl, Akut Spray, Handcreme) in der Apotheke erhältlich*