



Wir haben
Infos, Tipps
& Hilfe!

Neurodermitis kratzt Sie auf?

Von neuen Therapien bis zu hilfreichen Anlaufstellen –
Erfahren Sie alles über den Umgang mit der chronisch-
entzündlichen Hauterkrankung und neue Therapieansätze.

Liebe Leserin, lieber Leser,

ständiger Juckreiz, endloses Kratzen, schlaflose Nächte: Neurodermitis lässt Betroffene oft ratlos zurück. Rund **2 bis 5 % der erwachsenen Österreicher*innen leben mit Neurodermitis**, auch atopische Dermatitis genannt. Damit ist sie die häufigste chronisch-entzündliche Hauterkrankung. Neurodermitis kann körperlich und emotional sehr belasten. Vor allem der Juckreiz kann den Alltag von Patient*innen zur Qual machen. Österreichs Hautärzt*innen haben es sich deshalb zur Aufgabe gemacht,

Neurodermitis-Patient*innen zu informieren und zu unterstützen. Mit dieser Broschüre wollen wir Ihnen mit Antworten zu den häufigsten Fragen zur Seite stehen.

Denn Neurodermitis ist zwar nicht heilbar, allerdings gab es in den letzten Jahren **große Fortschritte bei der Behandlung**. Maßgeschneiderte Therapieansätze unterstützen dabei, die Symptome in den Griff zu bekommen. Für die **allermeisten Patient*innen** ist sogar ein **Leben ohne Einschränkungen möglich**. Lesen Sie mehr dazu auf den folgenden Seiten und erfahren Sie von führenden heimischen Expert*innen, wie Sie dem Juckreiz ein Ende bereiten.

Die Expert*innen in dieser Broschüre



Univ.-Prof. Dr. Johann Bauer

Präsident der österreichischen Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie



OÄ Dr.in Christine Bangert

Oberärztin an der Universitätsklinik für Dermatologie, MedUni Wien



Mag.a Karin Hafner

Neurodermitis-Patientin und Gründerin der Informationsplattform hautinfo.at



OMR Dr. Johannes Neuhofer

Obmann des Berufsverbandes österreichischer Dermatologen (EVÖD)



Dr.in Sylvia Perl-Convaletius

Fachärztin für Dermatologie



Mag.a Doris Wolf

Vorstandsmitglied des Berufsverbandes Österreichischer Psycholog*innen (BÖP)

Warum habe ich Neurodermitis?

Fehlgeleitetes Immunsystem und gestörte Hautbarriere als Ursachen

Die Veranlagung zu Neurodermitis kann vererbt werden. Das bedeutet jedoch nicht zwangsläufig den Ausbruch der Erkrankung. **Die Ursachen von Neurodermitis sind ein fehlgeleitetes Immunsystem und eine defekte Hautbarriere.**

Neurodermitis ist eine systemische Erkrankung, die unser **gesamtes Organsystem und nicht allein die Haut** betrifft. Schuld trägt ein überschießendes Immunsystem, das – aufgrund eines Reizes – zu viele entzündungsfördernde Botenstoffe ausschüttet und damit den Juck-

-Kratz-Kreislauf in Gang setzt. Menschen mit Neurodermitis haben zudem eine **durchlässigere Hautbarriere**. Die **Haut ist trocken und empfindlich**. Dadurch können Fremdstoffe leichter in die Haut eindringen und eine **Entzündung begünstigen**. Schübe können durch verschiedene Umwelteinflüsse wie z. B. Kontakt der Haut mit Allergenen, Wolle, Tierhaaren oder chemischen Mitteln ausgelöst oder verschlimmert werden. Eine Vermeidung dieser externen Einflüsse hilft gegen Schübe, bekämpft die Neurodermitis jedoch nicht ursächlich.



Tipp!

Typisch für Neurodermitis sind trockene, gerötete oder entzündete Stellen, begleitet von einem andauernden Juckreiz. Die Krankheit tritt vor allem an Ellbeugen, Händen, Beinen, am Hals, im Gesicht oder auf der Kopfhaut auf.

Sprechen Sie Ihre Beschwerden an!

Bei der Diagnose von Neurodermitis wird der Schweregrad festgestellt. Dafür kommt etwa der EASI (Eczema Area and Severity Index) zum Einsatz, der die Intensität der Hautveränderungen beurteilt. Doch egal, wie schwer Ihre Neurodermitis bewertet wird: Ist die Entzündung an einer empfindlichen Stelle, kann sie sehr unangenehm sein. Machen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt darauf aufmerksam!

Neurodermitis ist eine Krankheit mit vielen Gesichtern. Es gibt sie in verschiedenen Schweregraden und Verläufen. Was fast alle Betroffenen gemeinsam haben? Den unangenehmen Juckreiz, der zu Stress, Schlafmangel und Konzentrationsstörungen führen kann. Dagegen müssen wir etwas tun!“

Dr.ⁱⁿ Sylvia Perl-Convalexius
Fachärztin für Dermatologie



Welche Therapie ist die richtige?

Es braucht eine individuelle Lösung

Bei der Therapie von Neurodermitis wurden lange Zeit wenige Fortschritte vermeldet. Nun gibt es endlich Lichtblicke. Vor allem **neue systemi-**

sche Therapien als Injektion oder in Tablettenform können Beschwerden deutlich lindern und zu einem neuen Lebensgefühl beitragen.

*Neueste Therapiemöglichkeiten führen etwa bei mittelschweren bis schweren Verläufen zu einer deutlichen und auch schnellen Juckreizlinderung und einem nahezu erscheinungsfreien Hautbild. Moderne Medikamente kontrollieren gezielt die Entzündungsprozesse im Körper. Neben Biologika gibt es seit kurzem auch sogenannte „kleine Moleküle“ in Tablettenform. Die modernen Optionen werden für einige Patient*innen der Schlüssel zu einer deutlich verbesserten Lebensqualität sein.“*

OÄ Dr. Christine Bangert
Universitätsklinik für Dermatologie, MedUni Wien

Behandlung der Neurodermitis



Basispflege

Für alle Schweregrade empfiehlt sich eine **regelmäßige Basispflege**. Rückfettende, pflegende **Cremes, Salben oder Lotionen** sorgen dafür, dass die Haut ihre schützende Funktion behält. Bei leichten Belastungen können sie auch ausreichend sein.

Topische Therapie



Treten **vermehrt Ekzeme** auf, werden Salben, Cremes und Lotionen mit medizinischen Impfstoffen angewandt – z. B. **Kortison oder Calcineurin-Inhibitoren**.



Foto- oder Lichttherapie

Dabei wird die **Haut** über mehrere Wochen **mit ultraviolettem Licht bestrahlt**. Die UV-A- oder UV-B-Strahlung **wirkt entzündungshemmend**. Bei der PUVA-Therapie werden Fototherapie und Medikamente kombiniert.

Systemtherapie



Systemtherapien mit **Tabletten oder Injektionen** greifen regulierend in das Immunsystem ein und wirken direkt auf den Entzündungsherd. Dazu zählen Biologika, die per Injektion oder Pen unter die Haut verabreicht wer-

Tipp!



Bleiben Sie dran!

Es gibt heute viele Möglichkeiten zur Behandlung von Neurodermitis. Verzagen Sie daher nicht, wenn eine Therapie nicht sofort zu einer Verbesserung führt. Sprechen Sie Ihren Hautarzt* Ihre Hautärztin aktiv darauf an – gemeinsam werden Sie eine Lösung finden.

den. Zur Verfügung stehen konventionelle Immunsuppressiva in Tablettenform (z. B. Ciclosporin A, Methotrexat). Zu den modernen systemischen Therapien zählen Biologika, die mittels Spritze oder Pen verabreicht werden und bestimmte Entzündungssignale unterbinden. Eine Neuheit bilden „kleine Moleküle“ – wie etwa Januskinase-Hemmer in Tablettenform –, sie wirken im Inneren der betroffenen Zellen.

Ergänzende Therapien



Neben der medikamentösen Behandlung können **ergänzende Therapien** eingesetzt werden. Zu den medizinisch anerkannten Verfahren zählen z. B. die **Klimatherapie oder diverse Entspannungstechniken**.

Wann zeigt die Therapie Wirkung?

Klare Therapieziele sind der Schlüssel zum Erfolg

Bei der Behandlung von Neurodermitis ist eines besonders wichtig: **Patient*in und Arzt*Ärztin müssen an einem Strang ziehen.** Die Basis bilden klar formulierte Therapieziele. Erst dadurch kann eine Therapie gefunden werden, die zu den Bedürfnissen der betroffenen Person passt.

Konkrete Ziele formulieren

Endlich wieder durchschlafen können, dem nervenden Juckreiz ein Ende setzen, im Sommer kurze Hosen tragen oder ins Schwimmbad gehen: Die Wünsche von Neurodermitis-Patient*innen an ihre Therapie sind vielfältig. Zumeist werden sie al-

lerdings nicht mit dem Arzt*der Ärztin besprochen. Und das, obwohl sie mit modernen Therapieansätzen erfüllt werden können.

Das Fundament bilden **klar ausformulierte Therapieziele.** Sie geben eine gemeinsame Richtung vor und bringen für die Betroffenen konkreten Nutzen: Der Arzt*die Ärztin kann sie dadurch klar darüber informieren, in welchem Zeitraum die Therapie wirkt. Und es lässt sich besser vorhersagen, welche Verbesserung des Hautbildes zu erwarten ist.



Tipp!

Bleiben Sie der Therapie treu

Therapietreue ist das A und O im Kampf gegen Neurodermitis. Das bedeutet, dass Sie aktiv am Heilungsprozess mitwirken und gemeinsam mit Ihrem Arzt*Ihrer Ärztin am Erfolg arbeiten. Die Basispflege bildet den Grundstein dafür: Kümmern Sie sich daher regelmäßig um Ihre Haut – auch wenn sie gesund aussieht. Nur wenn Sie Ihre Medikamente wie verordnet einnehmen, können diese ihre Wirkung entfalten.

Checkliste

Gut vorbereitet zur passenden Therapie

Eine Therapie muss zum Menschen passen. Daher sollten Sie **über Ihre Vorlieben und Erwartungen nachdenken**. Beantworten Sie für sich die nachfolgenden Fragen und **besprechen Sie Ihre Überlegungen** beim nächsten Besuch **mit Ihrem Arzt*Ihrer Ärztin**.

- Welche Erwartungen habe ich in welchem Zeitraum an die Therapie?**
- Welche Darreichungsform ist mir wichtig?**
(z. B. Salbe, Lotion, Tablette, Spritze)
- Wie viel Zeit kann und will ich mir für die Therapie nehmen?**
- Wann möchte ich die Therapie anwenden?**
(z. B. morgens oder abends)
- Bringt mein Privatleben oder Berufsalltag besondere Anforderungen an die Therapie mit sich?** (z. B. häufige Reisen)
- Habe ich einen Spickzettel mit meinen wichtigsten Fragen dabei?**

*Es gibt keinen typischen Erkrankungsverlauf bei Neurodermitis. Jede Krankheit ist so einzigartig wie die Betroffenen selbst. Aber: Es gibt für fast alle Patient*innen eine zufriedenstellende Behandlung. Überlegen Sie sich gemeinsam mit Ihrem Arzt*Ihrer Ärztin, welches Ziel Sie erreichen wollen.“*

Univ.-Prof. Dr. Johann Bauer

Präsident der österreichischen Gesellschaft für Dermatologie und Venerologie

Wer kann mich unterstützen?

Expert*innen mit unterschiedlichen Kompetenzen

Die passende ärztliche Betreuung finden – das ist für viele Patient*innen eine große Herausforderung. Oftmals sind Patient*innen verunsichert,

wann sie welche Expert*innen aufsuchen sollen. **Folgende Anlaufstellen stehen Menschen mit Neurodermitis auf unterschiedliche Weise zur Seite.**



Hautärzt*innen sind die erste Anlaufstelle für Neurodermitis-Patient*innen. Sie erstellen die **Diagnose** und legen in Zusammenarbeit mit den Patient*innen die **geeignete Therapie** fest. Als Fachexpert*innen für Hauterkrankungen verfügen sie über die nötige Erfahrung und Expertise, die zur optimalen Therapiefindung notwendig sind.



Dermatologische Ambulanzen sind vor allem für Neurodermitis-Patient*innen mit einem mittelschweren bis schweren Verlauf wichtige Einrichtungen. Betroffene benötigen dafür eine **ärztliche Zuweisung** und eine Terminvereinbarung.



Hausärzt*innen behandeln häufig milde Erkrankungsverläufe und **überweisen** – je nach Schwere der Neurodermitis – Betroffene **zu den Spezialist*innen für Dermatologie**.



Apotheker*innen leisten einen maßgeblichen Beitrag zur **Gesundheitsversorgung** und geben rezeptpflichtige Medikamente aus. Sie spielen eine wichtige Rolle, wenn es um die Pflege der Haut – also die Basispflege – geht.



Hilfe suchen mit dem Hautarzt-Finder

Tipp!



Sie sind auf der Suche nach einem Hautarzt* einer Hautärztin mit dem Spezialgebiet Neurodermitis?

Ein Online-Tool auf www.neurodermitis-online.at hilft Ihnen weiter – einfach Ort oder Postleitzahl eingeben.



*Eine Hautärztin oder ein Hautarzt muss wissen, wie es Patient*innen mit der Erkrankung geht und welche Bedürfnisse vorhanden sind. Nur dann ist eine gemeinsame Entscheidung für eine geeignete, wirksame Behandlung möglich.“*

OMR Dr. Johannes Neuhofer
Facharzt für Dermatologie

Was tun bei seelischen Schmerzen?

Beratung und Selbsthilfegruppen unterstützen in Notlagen

Höllischer Juckreiz ist für zahlreiche von Neurodermitis Betroffene ein fixer Bestandteil ihres Lebens. Das führt häufig zu **Schlaflosigkeit und massiver Belastung im Alltag**. Neben der **medikamentösen Therapie** ist daher für viele Patient*innen eine **psychische Begleitung wichtig**.

Neurodermitis fühlen sich oft eingeschränkt. Auch **Schamgefühle** spielen aufgrund des „Anders aussehens“ eine Rolle. Betroffene **ziehen sich zurück** und **soziale Aktivitäten** werden **vermieden**. Aufgrund dieser Belastung kann es zu psychischen Problemen, langen Krankenständen oder zu Jobsorgen kommen.

Scham und Juckreiz belasten die Psyche

Ob im Job, in der Freizeit oder in der Beziehung: Menschen mit Neuroder-

Neurodermitis ist körperlich und seelisch unheimlich belastend. Die Haut juckt und schmerzt bei jeder Bewegung. Wenn man zudem die blutig gekratzte Haut im Spiegel sieht, liegen die Nerven blank. Psychologische Unterstützung kann hier einen entscheidenden Beitrag zur Linderung leisten.“

Mag.^a Karin Hafner

Neurodermitis-Patientin und Gründerin der Informationsplattform hautinfo.at

Machen Sie den Neurodermitis-Check

Tipp!



Neurodermitis kann betroffene Patient*innen an die Grenzen der Belastbarkeit bringen. Doch wie beeinflusst die Erkrankung Ihr eigenes Leben und Wohlbefinden? Machen Sie den Neurodermitis-Check auf neurodermitis-online.at.



Anlaufstellen bei Problemen

Österreichische Lungenunion



Die Österreichische Lungenunion ist eine **bundesweit aktive Selbsthilfegruppe** für Menschen mit Atemwegserkrankungen, Allergien und Neurodermitis. Sie bietet Wissen und fördert den Austausch unter Betroffenen.

Weitere Infos: lungenunion.at

Berufsverband Österreichischer Psycholog*innen (BÖP)



Psychologische Beratung ist für viele Betroffene eine wertvolle Stütze beim Umgang mit Neurodermitis. Der **BÖP hilft bei der Suche nach psychologischer Unterstützung.**

Weitere Infos: boep.or.at

hautinfo.at



Hier gibt es kostenlos umfassendes **Hintergrundwissen zu den verschiedensten Hautthemen.** Expert*innen aus Medizin, Psychologie und vielen anderen Fachbereichen geben fundierte Informationen und hilfreiche Tipps für den Alltag.

Weitere Infos: hautinfo.at

*Viele chronische Erkrankungen sind für die Psyche sehr belastend. Mit Psycholog*innen über Ängste, Belastungen und Depressionen zu sprechen, kann den Umgang mit der Erkrankung deutlich verbessern und das Wohlbefinden steigern.“*

Mag.^a Doris Wolf

Vorstandsmitglied des Berufsverbandes Österreichischer Psycholog*innen (BÖP)

Neurodermitis

Das juckt
mich nicht
mehr!

Deine Neurodermitis lässt dich aus der Haut fahren?

Die Forschung macht große Fortschritte und es gibt neue Behandlungen – gegen quälenden Juckreiz und für eine Verbesserung der Haut. Finde gemeinsam mit deinem Hautarzt eine passende Lösung!
Mach dich schlau: www.neurodermitis-online.at

Mit freundlicher Unterstützung von: AbbVie GmbH & La Roche Posay

Druck: druck.at, Leobersdorf; Bilder: istockphoto.com © Doucefleur, © kazuma seki, © Cecilie_Arcurs

Die Modelle auf den Bildern stehen repräsentativ für Patient*innen und sind nicht von der Krankheit betroffen.
AT-RNQG-220089-10052022

abbvie

LA ROCHE POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE



ÖSTERREICHISCHE GESELLSCHAFT
FÜR DERMATOLOGIE UND VENEROLOGIE
AUSTRIAN SOCIETY OF
DERMATOLOGY AND VENEROLOGY

Berufsverband österreichischer
DERMATOLOGEN

Berufsverband
Österreichischer
PsychologInnen