



Neurodermitis - Webrecherche

| | |
|-----------------------|--|
| Arbeitsauftrag | Die SuS führen eine Web-Recherche zum Thema Neurodermitis und Co. durch. Besprechung und Korrektur im Plenum. |
| Ziel | <ul style="list-style-type: none">• Die SuS kennen die wichtigsten Fakten rund um Neurodermitis, Hautekzeme und –allergien.• Die SuS können selbständig Informationen suchen, gliedern und formulieren. |
| Material | <ul style="list-style-type: none">• AB „Neurodermitis und Co.“• Laptop / Tablet für Recherche |
| Sozialform | EA / PA |
| Zeit | 45` |

Zusätzliche Informationen:

- Mehr Informationen finden Sie auch in der Broschüre „Atopische Ekzem – Neurodermitis“ von aha! Allergiezentrum Schweiz.

Neurodermitis

Info für Lehrpersonen



Neurodermitis (atopisches Ekzem)

Das atopische Ekzem, auch atopische Dermatitis oder Neurodermitis, ist eine chronische Erkrankung mit schubartigem Verlauf, die typischerweise im Säuglingsalter auftritt.

Die Hauterkrankung basiert auf einer erblichen Veranlagung und tritt bei 85 % der Fälle in den ersten fünf Lebensjahren auf. Beim atopischen Ekzem verändert sich der Hautzustand ständig, die Symptome können sich gleichzeitig oder unterschiedlich stark zeigen.

Ursachen und Auslöser

Die Ursachen des atopischen Ekzems (besser bekannt unter dem Begriff Neurodermitis; auch atopische Dermatitis) sind vielfältig. Genetische Veranlagung, Umweltfaktoren sowie die in der Haut ablaufende Entzündung spielen dabei eine Rolle. Ein Mangel, ein Ungleichgewicht oder eine Fehlfunktion von Stoffen (z.B. Eiweisse oder Fette), welche für den Aufbau der oberen Hautschicht verantwortlich sind, ist für diese verminderte Hautbarriere verantwortlich. Dadurch verdunstet mehr Wasser und die Haut wird trocken. Zudem wird die Haut durchlässiger für Allergene und andere Umweltstoffe. Diese können Entzündungsreaktionen auslösen.

Neben den Veränderungen der Hautstruktur haben Klima/Wetter, psychischer Stress, chemische Reize (z.B. Dusch- und Waschmittel) etc. einen Einfluss auf den Hautzustand. Die Auslöser für einen Neurodermitis-Schub sind von Person zu Person unterschiedlich und können sich im Laufe des Lebens ändern. Häufig spielen mehrere Faktoren eine Rolle, deshalb es ist oftmals schwierig, den oder die Auslöser zu bestimmen.

Symptome

Beim atopischen Ekzem verändert sich der Hautzustand ständig. Es können folgende Symptome auftreten:

- Trockene, sensible Haut
- Juckreiz
- Rötungen
- Schuppige Haut
- Nässende Hautstellen
- Krustenbildung
- Derbe Haut mit vergrössertem Relief
- Knötchenbildung

Diese Symptome können sich gleichzeitig oder unterschiedlich stark zeigen. Je nach Alter der Betroffenen treten die Ekzeme an den typischen Hautstellen auf: Im Säuglingsalter sind hauptsächlich das Gesicht, der Oberkörper, die Hände und die Streckseiten der Arme und Beine betroffen. Bei Kleinkindern treten die Schübe vorwiegend in den Kniekehlen, Ellenbeugen, im Gesicht, Nacken und am Hals auf. Bei älteren Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen können zusätzlich Hand- und Fussekzeme beobachtet werden.

Diagnose und Differenzialdiagnose

Es gibt keinen Labortest, um eine atopische Dermatitis festzustellen. Die Diagnose wird anhand der typischen, oben genannten Symptome gestellt. Dazu nötig ist ein ausführliches Gespräch zwischen dem Arzt und den Eltern oder dem Betroffenen sowie eine Untersuchung der Haut. Atopische Erkrankungen im familiären Umfeld können ein wichtiger Hinweis sein.

Hauterkrankungen wie z.B. Psoriasis (Schuppenflechte) können manchmal ähnliche Symptome verursachen. Ausführliche Abklärungen beim Hautarzt (Dermatologe) können dazu Aufschluss geben.

Neurodermitis

Info für Lehrpersonen



Therapie und Behandlung

Die Basispflege ist die Grundlage der Behandlung. Sie besteht aus Hautreinigung und Hautpflege. So kann Infekten vorgebeugt werden und die Haut wird durch passende Pflegeprodukte mit Fett und Feuchtigkeit versorgt. Ein generelles «Pauschal-Pflegepräparat» für alle Betroffenen gibt es leider nicht. Die Wahl des Pflegeproduktes sollte saisonal angepasst werden:

- Im Winter bei kalter und trockener Luft eher fetthaltige Produkte wählen.
- Im Sommer bei heisser und feuchter Luft werden Produkte mit geringem Fett-, dafür höherem Feuchtigkeitsanteil als angenehm empfunden.

Viele Betroffenen leiden unter starkem Juckreiz. Durch Kratzen wird der Juckreiz zwar vorübergehend verdrängt, die Haut wird dadurch aber geschädigt, was den Juckreiz wiederum fördert. Ziel der Therapie ist es, diesen Teufelskreis zwischen Juckreiz, Kratzen und Verschlechterung des Hautbildes zu durchbrechen. Verschiedene Massnahmen können in dieser Situation hilfreich sein, z.B. kühlen, hautfreundliche und atmungsaktive Textilien, Umschläge und Verbände mit Schwarztee, Kochsalz oder Salben.

Wenn sich der Hautzustand trotz guter Basispflege verschlechtert, ist oft zusätzlich eine antientzündliche Therapie nötig.

Dazu stehen kortisonhaltige Cremes und Salben sowie Calcineurininhibitoren/Immunmodulatoren zur Verfügung.

Es gibt verschiedene mögliche Faktoren, wie z.B. Stress oder diverse Reizstoffe die den Hautzustand negativ beeinflussen, diese gilt es so gut wie möglich zu meiden.

Tipps und Tricks

- Schwitzen fördert den Juckreiz. Sich nachts daher nicht zu warm zudecken und tagsüber den Temperaturen angepasste Kleidung tragen.
- Die unterste Kleiderschicht mit den Nähten nach aussen tragen, um eine Reizung auf der Haut zu verhindern
- Auf Weichspüler verzichten, stattdessen eine kleine Menge Essig verwenden.
- Entspannungstechniken (z. B. Yoga, progressive Muskelentspannung, autogenes Training) können helfen, mit psychischen Belastungen umzugehen.

Zahlen und Fakten

In der Schweiz sind ca. 20 % der Kinder von einem atopischen Ekzem betroffen. Bei Erwachsenen geht man von 4–5 % aus. Bei 85 % der Fälle treten die Symptome in den ersten fünf Lebensjahren auf.

Quelle: aha! Allergiezentrum Schweiz, in Zusammenarbeit mit dem Wissenschaftlichen Beirat.

Neurodermitis

Arbeitsunterlagen



Neurodermitis und Co. Web-Recherche



Gehe online auf die Suche nach Antworten und interessanten Fakten rund um die Erkrankung Neurodermitis. Findest du alle gesuchten Inhalte?

Hilfreiche Seite: aha! Allergiezentrum Schweiz, Info zu Allergien
<https://www.aha.ch/allergiezentrum-schweiz/allergien-intoleranzen>

- Welche verschiedenen Bezeichnungen für Neurodermitis gibt es?

.....
.....

- Verfasse eine eigene, einfache Definition von Neurodermitis:

.....
.....
.....

- Was sind die Auslöser von Neurodermitis?

.....
.....
.....

- Wie verbreitet ist Neurodermitis in der Schweiz? Wie hoch ist der Prozentsatz der Betroffenen?

.....

- „Wenn es juckt, soll man kratzen.“ Stimmt diese Aussage im Zusammenhang mit Neurodermitis?

.....
.....

- Verfasse einen Ratgeber mit Tipps und Tricks, wie man bei Neurodermitis seine Beschwerden lindern kann. Gib mindestens vier verschiedene Ratschläge an:

.....
.....
.....

Neurodermitis

Arbeitsunterlagen



.....

Stimmen diese Aussagen? Korrigiere die Aussagen, wenn nötig.

Neurodermitis ist hoch ansteckend. Am besten geht man Personen mit Neurodermitis aus dem Weg.
 richtig falsch

.....

Die Wahrscheinlichkeit, an Neurodermitis zu erkranken, ist bei Kindern unter 5 Jahren am höchsten.
 richtig falsch

.....

Man sagt zwar „Salz in die Wunden streuen“, wenn jemand etwas unangenehmes tut oder sagt. Im Zusammenhang mit Neurodermitis kann Kochsalz aber eine Linderung bringen.
 richtig falsch

.....

Wer zu viel schwitzt, bekommt automatisch Neurodermitis. Man sollte also darauf achten, beim Sport möglichst nicht zu schwitzen.
 richtig falsch

.....

Wie sehen die Symptome von Neurodermitis aus? Findest du ein passendes Bild, welches du hier einkleben kannst?

Neurodermitis

Arbeitsunterlagen



Vervollständige das untenstehende Mini-Lexikon zu Thema „Hauterkrankungen“:

| Begriff | Definition |
|-------------------------------------|------------|
| Kontaktdermatitis | |
| Psoriasis | |
| Sonnenallergie | |
| Urtikaria / Nesselfieber | |
| Vitiligo | |

Warum ist das chronische Hautekzem wichtig bei der Berufswahl?

Erkläre möglichst verständlich. Nenne ausserdem Berufe, welche besonders betroffen sein können.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Neurodermitis

Lösungen



Anregung, wie die Aufgabe gelöst werden könnte

Welche verschiedenen Bezeichnungen für Neurodermitis gibt es?

atopische Dermatitis, atopisches Ekzem

Verfasse eine eigene, einfache Definition von Neurodermitis:

Das atopische Ekzem, auch atopische Dermatitis oder Neurodermitis, ist eine chronische Erkrankung mit schubartigem Verlauf, die typischerweise im Säuglingsalter auftritt.

Was sind die Auslöser von Neurodermitis?

*Die Hauterkrankung basiert auf einer **erblichen Veranlagung** und tritt bei 85 % der Fälle in den ersten fünf Lebensjahren auf. Beim atopischen Ekzem verändert sich der Hautzustand ständig, die Symptome können sich gleichzeitig oder unterschiedlich stark zeigen.*

Wie verbreitet ist Neurodermitis in der Schweiz? Wie hoch ist der Prozentsatz der Betroffenen?

In der Schweiz sind ca. 20 % der Kinder von einem atopischen Ekzem betroffen. Bei Erwachsenen geht man von 4–5 % aus. Bei 85 % der Fälle treten die Symptome in den ersten fünf Lebensjahren auf.

„Wenn es juckt, soll man kratzen.“ Stimmt diese Aussage im Zusammenhang mit Neurodermitis?

Nein. Viele Betroffen leiden unter starkem Juckreiz. Durch Kratzen wird der Juckreiz zwar vorübergehend verdrängt, durch intensives Kratzen mit den Fingernägeln wird die Haut jedoch verletzt, die Entzündungen verstärkt und die Anälltigkeit für Infektionen nimmt zu.

Verfasse einen Ratgeber mit Tipps und Tricks, wie man bei Neurodermitis seine Beschwerden lindern kann. Gib mindestens vier verschiedene Ratschläge an:

- *Schwitzen fördert den Juckreiz. Sich nachts daher nicht zu warm zudecken und tagsüber den Temperaturen angepasste Kleidung tragen.*
- *Die unterste Kleiderschicht mit den Nähten nach aussen tragen, um eine Reizung auf der Haut zu verhindern*
- *Auf Weichspüler verzichten, stattdessen eine kleine Menge Essig verwenden.*
- *Entspannungstechniken (z. B. Yoga, progressive Muskelentspannung, autogenes Training) können helfen, mit psychischen Belastungen umzugehen.*

Neurodermitis

Lösungen



.....

Stimmen diese Aussagen? Korrigiere die Aussagen, wenn nötig.

Neurodermitis ist hoch ansteckend. Am besten geht man Personen mit Neurodermitis aus dem Weg.

X falsch

Neurodermitis ist nicht ansteckend, sondern erblich veranlagt.

Die Wahrscheinlichkeit, an Neurodermitis zu erkranken, ist bei Kindern unter 5 Jahren am höchsten.

X richtig

Man sagt zwar „Salz in die Wunden streuen“, wenn jemand etwas unangenehmes tut oder sagt. Im Zusammenhang mit Neurodermitis kann Kochsalz aber eine Linderung bringen.

X richtig

Wer zu viel schwitzt, bekommt automatisch Neurodermitis. Man sollte also darauf achten, beim Sport möglichst nicht zu schwitzen.

X falsch

Neben den Veränderungen der Hautstruktur haben Klima/Wetter, psychischer Stress, chemische Reize (z.B. Dusch- und Waschmittel) etc. einen Einfluss auf den Hautzustand. Die Auslöser für einen Neurodermitis-Schub sind von Person zu Person unterschiedlich und können sich im Laufe des Lebens ändern.

Wie sehen die Symptome von Neurodermitis aus? Findest du ein passendes Bild, welches du hier einkleben kannst?

Beispielbild (Ratgeber Neurodermitis von aha! Allergiezentrum Schweiz)





Vervollständige das untenstehende Mini-Lexikon zu Thema „Hauterkrankungen“:

| Begriff | Definition |
|---------------------------------|---|
| Kontaktdermatitis | <i>Die Kontaktdermatitis (auch Kontaktekzem genannt) ist eine entzündliche Unverträglichkeitsreaktion der Haut und wird durch den Kontakt mit Substanzen ausgelöst, die auf die Haut einwirken. Es sind unzählige Auslöser bekannt. Diese sind zum Beispiel in Schmuck, Kosmetika, Shampoos, Haarfärbemitteln, Desinfektionsmitteln, Reinigungsmitteln oder verschiedenen Baumaterialien enthalten.</i> |
| Psoriasis | <i>Psoriasis oder Schuppenflechte eine chronische, nicht ansteckende Krankheit, bei der in erster Linie die Haut betroffen ist. Psoriasis kann in jedem Alter auftreten; meist erscheinen die ersten Krankheitssymptome bereits im Jugendalter oder etwa ab dem 40. Altersjahr. Psoriasis gilt als eine der häufigsten und verbreitetsten Hautkrankheiten, betroffen sind etwa zwei Prozent der Weltbevölkerung.</i> |
| Sonnenallergie | <i>Reaktionen nach dem Kontakt zu Sonnenstrahlen werden in der Umgangssprache als Sonnenallergie bezeichnet. Meist verbirgt sich dahinter aber keine allergische Reaktion im eigentlichen Sinne. Die zwei häufigsten Reaktionen sind: Polymorphe Lichtdermatose: sehr vielseitige Hautreaktionen (Juckreiz, Bläschen, Knötchen, Quaddeln, etc.), v.a an den Körperstellen, die länger nicht mehr der Sonne ausgesetzt waren. Wenn Beschwerden auftreten, direkte Sonnenbestrahlung vermeiden. Vorbeugen kann man mit Hilfe der Tipps im Kasten «Sonnenschutz». Mallorca-Akne: Inhaltsstoffe von Sonnenschutzmitteln oder Kosmetikprodukten reagieren mit der UV-Strahlung, was zu Rötungen, Juckreiz und Pusteln führt – ähnlich wie bei Akne. Bei Beschwerden sollte die Sonne gemieden werden. Vorbeugen kann man durch die Verwendung von fett- und emulgatorfreien Sonnenschutzprodukten mit hohem UV-Schutz.</i> |
| Urtikaria / Nesselfieber | <i>Wenn die Haut stark juckt und so aussieht, als habe man eine Brennnessel berührt, so handelt es sich aller Wahrscheinlichkeit nach um eine Urtikaria. Es wird zwischen einer akuten und chronischen Form unterschieden.</i> |
| Vitiligo | <i>Vitiligo oder Weissfleckenkrankheit ist eine chronische Erkrankung, bei der es zu einer fleckenförmigen Entfärbung der Haut kommt. Verantwortlich für den Pigmentschwund ist eine Hemmung oder Zerstörung Melanin bildender Zellen. Die Krankheit tritt bei zirka 1 Prozent der Weltbevölkerung auf und kann bereits im Säuglingsalter beginnen, bei rund der Hälfte der Fälle setzt sie jedoch um das 20. Lebensjahr ein.</i> |

Warum ist das chronische Hautekzem wichtig bei der Berufswahl?

Rund 90 Prozent der anerkannten Berufskrankheiten der Haut sind Kontaktekzeme. Berufe mit hautbelastenden Tätigkeiten (z.B. Coiffeur, Reinigungsfachperson, Pflegefachperson oder Berufe in der Metall- oder Baubranche) sind besonders gefährdet.