

# Lernen, mit Neurodermitis umzugehen

Von Sarah Renold

**Die Diagnose Neurodermitis löst bei vielen Eltern Ängste aus: Die vererbare Hauterkrankung kann den Alltag in der Familie ziemlich verändern und erfordert gerade bei Babys und Kleinkindern viel Pflege, Geduld und Fingerspitzengefühl. Doch es gibt Wege, mit der Situation umzugehen und das Wohl der Familie zu erhalten.**

Oft ist es sehr schwer, mit den von Juckreiz und Kratzen geplagten Kindern einen normalen Alltag zu führen. Neben der genauen Diagnose und Behandlung durch den Arzt gibt es Möglichkeiten, die Symptome zu lindern:

- Ruhe bewahren
- Kein Kratzverbot aussprechen, sonst können Schuldgefühle beim Kind entstehen
- Eincremen mit feuchtigkeitshaltiger Salbe/Creme (aus dem Kühlschrankschrank: wirkt kühlend)
- Feuchte Kühlung mit Umschlägen, fließendem Wasser, Speichel etc.
- Trockene Kühlung mit Luft, Eisbeutel (HotCold-Pack in Handtuch)
- Umschläge mit kaltem Schwarztee
- Alternative Kratztechniken: Kneifen, Kneten, Klopfen, Streicheln, Reiben, Drücken. Evtl. mit Baumwoll-Handschuhen
- Gesunde Hautstellen reiben, drücken, kratzen etc.
- Ablenkung und Hände beschäftigen
- Das Kind herumtragen, seinen Rücken streicheln, ein Lied singen, eine Geschichte erzählen, spielen etc.

## «Warum gerade wir?»

Neben all diesen Massnahmen stehen die Eltern vor der Aufgabe, die Situation seelisch zu verarbeiten. «Warum ist gerade

## Langfristige Massnahmen

- Tägliche Basispflege mit fett- und feuchtigkeitshaltigen Cremes und Salben (ohne Duftstoffe)
- Rückfetten nach dem Baden und Duschen
- Medikamente zur lokalen Anwendung oder zum Einnehmen nach ärztlicher Verordnung
- Schwitzen durch Kleidung, Bettwäsche, Zimmertemperatur und Sonne vermeiden
- Kein Tabakrauch!
- Haut bedeckende Kleidung: nachts evtl. Baumwoll-Handschuhe oder Neurodermitis-Anzug (aus dem Fachgeschäft) anziehen
- Nägel kurz schneiden und Objekte mit scharfen Kanten ausser Reichweite halten
- Allergene und symptomfördernde Faktoren meiden: Hausstaubmilben, Wolle, Synthetik, Tierhaare, Chlor etc., Allergietest durchführen
- Im ersten Lebensjahr auf folgende Nahrungsmittel verzichten: Kuhmilch, Eier, Nüsse, Fisch, Meeresfrüchte, Schweinefleisch, Soja, Zitrusfrüchte, Schokolade, Tomaten
- Einschlafrituale durchführen. Keine Aufregung vor dem Zu-Bett-Gehen
- Babymassage und andere Entspannungsmöglichkeiten: z.B. Schaukeln, Wiegen

unser Kind so krank?», fragen sich viele und finden keine Antworten. Solche gibt es, abgesehen von medizinischer Seite, eigentlich keine. Denn Neurodermitis hat nichts mit mangelnder elterlicher Liebe und Fürsorge zu tun. Sie kann jeden treffen, besonders Familien mit einer erblichen Vorbelastung von atopischen Erkrankungen. Zu den Atopien gehören der Heuschnupfen (Pollinosis), das Asthma bronchiale und die Neurodermitis (auch atopische Dermatitis genannt).

Wichtig ist, dass sich Eltern gründlich über das Krankheitsbild informieren oder eine Neurodermitis-Elternschulung besuchen.

## Ein ganz normales Kind

Oft wird unterschätzt, wie wichtig es ist, mit einer Krankheit positiv umzugehen. Denn kleine Kinder sind in besonderem

Masse vom Gemütszustand ihrer Eltern abhängig: Der Stress der Eltern überträgt sich sofort auf die Stimmung des Babys. Und da in diesem Alter das seelische und körperliche Befinden sehr eng zusammenhängen, kann sich dadurch der Hautzustand verändern.

Eltern sollen daher daran denken, dass ihre Tochter oder ihr Sohn trotz Neurodermitis ein ganz normales Kind ist. Es wird genauso eine Trotzphase durchmachen, genauso spielen, lachen und weinen, pubertieren und erwachsen werden wie jedes andere Kind. Es ist nicht die Krankheit, welche im Vordergrund stehen sollte, sondern der Mensch. Wer so denkt, hat schon sehr viel getan für die gesunde Entwicklung seines Kindes und erlaubt ihm, sich frei und natürlich zu entfalten. Und die Neurodermitis kann auf diese Weise einfacher in den Alltag integriert



## Wie Eltern eine positive Einstellung gewinnen

- Setzen Sie sich mit der Tatsache auseinander, dass Ihr Kind an einer Krankheit leidet, mit der es jedoch ein weit gehend normales Leben führen kann.
- Lassen Sie Ihre Gefühle der Enttäuschung, der Wut und der Ohnmacht zu. Sprechen Sie mit Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin darüber und tauschen Sie sich mit Menschen Ihres Vertrauens aus. Eine Erkrankung des Kindes zu akzeptieren, ist ein Prozess, der viel mit Trauern zu tun hat. Geben Sie sich die nötige Zeit dazu.
- Informieren Sie sich über das Krankheitsbild und die Behandlungsmethoden. Dieses Wissen können Sie beim Arzt und bei aha!, im Internet oder über Selbsthilfegruppen beziehen. Wissen gibt Ihnen Sicherheit: Wer über die Krankheit genau Bescheid weiss, empfindet diese als weniger bedrohlich.
- Beziehen Sie die ganze Familie mit ein. Geschwister von kranken Kindern sind von den Veränderungen im Alltag ebenso betroffen wie die Eltern.
- Organisieren Sie Unterstützungshilfen. Gerade bei Kleinkindern kann eine Hilfe etwa im Haushalt, beim Kinderhüten sehr nützlich sein. Vergessen Sie ob all der Betreuung des erkrankten Kindes sich selbst nicht! Gönnen Sie sich einen Stadtbummel mit einer Freundin, eine Massage oder sonst etwas, was Ihnen gut tut.

werden, ohne als dauernder Störfaktor zu wirken.

## Gesunde Geschwister einbeziehen

Wenn ein Kind in einer Familie erkrankt, stellt das nicht nur die Eltern vor neue Tatsachen, sondern auch die gesunden Geschwister. Diese geniessen von nun an nicht mehr dieselbe Aufmerksamkeit, da die Eltern oft vollumfänglich mit dem

kranken Kind beschäftigt sind. Bruder und Schwester müssen dann viel Verständnis und Rücksichtnahme zeigen. Meistens ist das kein Problem. Doch mit der Zeit fühlen sich die Geschwister einsam und vernachlässigt. Ihre Bedürfnisse und Probleme werden kaum mehr beachtet. Als Folge davon können sie eifersüchtig und aggressiv gegenüber dem kranken Kind reagieren.

Eltern können versuchen, mit ihren gesunden Kindern über Neurodermitis zu

reden oder sie in die Pflegemassnahmen einzubeziehen. Es ist sinnvoll, die Gefühle der Kinder zuzulassen und ihnen zu zeigen, wie lieb man sie hat. Immer Mitleid und Verständnis der Geschwister zu fordern, bringt nicht viel. Was sowohl gesunde als auch hautkranke Kinder brauchen, ist Zuwendung und ein möglichst normales Leben, worin die Neurodermitis nicht dauernd die Hauptrolle spielt. ●

*Korrespondenzadresse:*  
**Sarah Renold Zanoni**  
*Projektleitung Haut*  
**aha! Schweizerisches Zentrum**  
*für Allergie, Haut und Asthma*  
 Postfach 378  
 3000 Bern 6  
 Tel. 031-359 90 16  
 E-Mail: [srenold@ahaswiss.ch](mailto:srenold@ahaswiss.ch)

## Weiterführende Informationen

- **Elternschulung:**  
 Aha! Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma  
 Tel. 031-359 90 00  
 Internet: [www.ahaswiss.ch](http://www.ahaswiss.ch)
- **Kinderschulung:**  
 Schweizerische Elternvereinigung asthma- und allergiekranker Kinder (SEAAK)  
 Tel. 031-378 20 10  
 Internet: [www.seaak.ch](http://www.seaak.ch)
- **Broschüre:**  
 «Neurodermitis. Atopisches Ekzem».  
 Aha! Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma. 2003.  
 Kostenlos bestellbar bei aha!:  
 Tel. 031-359 90 00  
 E-Mail: [info@ahaswiss.ch](mailto:info@ahaswiss.ch)
- **Buch:**  
 «Nein, aber fein. Wenn Kinder von Allergie betroffen sind».  
 Sarah Renold. Pro Juventute Verlag. 2001. Fr. 22.80.  
 Tel. 062-209 49 00  
 E-Mail: [bookit@sbz.ch](mailto:bookit@sbz.ch)

*Diese Seiten dürfen mit Genehmigung des Verlags kopiert und an die Patienten und Eltern weitergereicht werden.*