

Neurodermitis > Hautpflege

Inhaltsverzeichnis [\[Verbergen\]](#)

- [1. Das Wichtigste in Kürze](#)
- [2. Grundproblem: trockene Haut](#)
- [3. Basispflege der Haut](#)
 - [3.1. Konkrete Tipps](#)
- [4. Verwandte Links](#)

1. Das Wichtigste in Kürze

Für die Behandlung von Neurodermitis ist **konsequente** Hautpflege entscheidend. Sie dient auch in beschwerdearmen Phasen dem Schutz vor einem neuen Erkrankungsschub. Trockenheit der Haut ist ein Problem, dem durch tägliches Einfetten vorgebeugt werden kann.

2. Grundproblem: trockene Haut

Neurodermitishaut ist sehr trocken und nicht in der Lage, ausreichend Feuchtigkeit und bestimmte Fette zu speichern. Dadurch wird die Haut rau und schuppt sich. Die Haut eines Neurodermitis-Patienten produziert weniger Talg als eine gesunde Haut, deshalb ist eine Entfettung der Haut zu vermeiden. Sie ist dünner und die Fähigkeit der Säureregulation ist beeinträchtigt. Die Trockenheit der Haut wird auch durch **äußere Einflüsse** wie die Jahreszeit beeinflusst. Im Winter ist die Luft grundsätzlich trockener, was auch bei gesunden Menschen zu trockener Haut führt. Verstärkt wird dies durch die Heizungsluft in Räumen, was dieses Symptom noch zusätzlich verstärkt. Eine Möglichkeit, dem entgegenzusteuern, ist die **Befeuchtung der Raumluft**.

3. Basispflege der Haut

Eine gute Basispflege stellt einen **Fettungszustand** her, der dem natürlichen Zustand gesunder Haut nahe kommt. Die Pflege sollte konsequent und regelmäßig angewendet werden. Die Zusammensetzung muss dem Hautzustand, der Tages- und Jahreszeit entsprechend ausgewählt werden.

3.1. Konkrete Tipps

- Tägliches Einfetten der trockenen und auch der gesunden Haut mit pflegenden Cremes (Mischung aus Wasser und Fett mit relativ hohem Wasseranteil), Salben (Mischung aus Wasser und Fett mit relativ hohem Fettanteil) oder Fettsalben (Mischung aus Wasser und Fett mit sehr hohem Fettanteil).
- Bei akut entzündeten Stellen und Hautstellen, die nicht gut heilen (z.B. Achselhöhlen), werden auch Zinkschüttelmixturen und Pasten zur Linderung eingesetzt.
- Vermeidung von heißen Bädern und langem heißen Duschen und Einseifen; besser kurzes Duschen und sparsame Verwendung von Waschlotionen bzw. Badezusätzen (Externa).

- Vermeidung von parfümhaltigen Seifen, Waschlotionen und Schaumbädern, stattdessen Verwendung von milden und rückfettenden Produkten für sehr trockene und Neurodermitikerhaut, z.B. Duschölen und Badezusätzen (Externa).
- Sanftes Abtrocknen, keine Massagebürsten, keine Reizung durch starkes Abreiben.
- Auftragen von geeigneter Körpermilch oder Körperemulsion.

4. Verwandte Links

[Neurodermitis](#)

[Neurodermitis > Allgemeines](#)

[Neurodermitis > Babys und Kinder](#)

[Neurodermitis > Familie](#)

[Neurodermitis > Juckreiz](#)

[Neurodermitis > Kleidung](#)

Letzte Aktualisierung am 18.05.2009

Redakteur/ in: Lydia Schrupp

© 2009 beta Institut gemeinnützige GmbH | [Kontakt](#) | [Impressum](#)