Neurodermitis > Ursachen - Vorbeugung - Therapie

Das Wichtigste in Kürze

Neurodermitis ist eine nicht ansteckende, stark juckende chronische Hautkrankheit. Kinder leiden häufiger darunter als Erwachsene. Andere Bezeichnungen dafür sind atopisches oder endogenes Ekzem oder atopische oder endogene Dermatitis. Genetische Veranlagung, Allergien und psychische Belastungen spielen als Ursachen eine große Rolle. Vorbeugend bringt es meist mehr, Kinder möglichen Allergenen auszusetzen, als den Kontakt zu vermeiden. Die Behandlung umfasst das Vermeiden von Auslösern wie Allergenen und Stress, Hautpflege als Basisbehandlung, Medikamente, UV-Therapie und Immuntherapie.

Was ist Neurodermitis?

Neurodermitis ist eine nicht ansteckende chronische oder chronisch wiederkehrende Hautkrankheit. Dabei entzündet sich die Haut und juckt meistens stark. Die meisten Menschen mit Neurodermitis haben eine leichte Form, während die Neurodermitis bei anderen so einschränkend ist, dass sie als Behinderung anerkannt werden kann, Näheres unter Neurodermitis > Behinderung.

Körperliche Symptome sind neben dem Juckreiz z.B. Schlafstörungen durch den Juckreiz, großflächige Ekzeme und chronisch trockene Haut. Aber Neurodermitis erhöht auch das Risiko für Depressionen und kann Angst und Hilflosigkeit auslösen. Sichtbare Ekzeme können zu sozialer Ausgrenzung führen und der Juckreiz kann die Leistungsfähigkeit einschränken. Viele belastet es außerdem, dass sie sich täglich um ihre Haut kümmern müssen, und manche leiden unter Nebenwirkungen von Medikamenten.

Viele Menschen mit Neurodermitis haben eine Allergie (z.B. Heuschnupfen, Nahrungsmittelallergie) oder bei ihnen wird in einem Allergietest eine Sensibilisierung gegen bestimmte Allergene festgestellt. Sensibilisierung ist der unbemerkt ablaufende erste Schritt hin zu einer Allergie. Manche leiden zugleich unter Asthma. Aber bei anderen kann weder eine Allergie noch eine Sensibilisierung festgestellt werden.

Wer Allergene meiden muss, kann oft nicht jeden Beruf ausüben. Wer deswegen den Beruf wechseln muss, kann z.B. eine Umschulung als Leistung zur Teilhabe am Berufsleben erhalten. Näheres unter Allergien > Arbeit und Beruf.

Andere (gleichbedeutende) Bezeichnungen für Neurodermitis sind:

- atopisches Ekzem
- endogenes Ekzem
- atopische Dermatitis
- endogene Dermatitis
- Neurodermitis constitutionalis

Neurodermitis beginnt oft schon im ersten Lebensjahr und ist bei Kindern eine der häufigsten chronischen Krankheiten, während Erwachsene seltener betroffen sind. Das bedeutet, dass die Neurodermitis bei vielen im Lauf der Zeit wieder verschwindet.

Was verursacht Neurodermitis und was hilft zur Vorbeugung?

Genetische Veranlagung spielt als Ursache für Neurodermitis eine große Rolle und oft (aber nicht immer) kann ein Zusammenhang mit Allergien festgestellt werden. Wenn Eltern oder Geschwister Neurodermitis oder andere Allergien haben, ist also das Risiko für Neurodermitis erhöht. Psychische Belastungen erhöhen das Risiko, z.B. emotionaler Missbrauch in der frühen Kindheit. Das Risiko für Neurodermitis beim Kind steigt auch, wenn die Mutter in der Schwangerschaft viel Stress hatte, z.B., wenn sie Gewalt erleben musste oder durch Armut belastet war.

Akute Symptome können oft auf den Kontakt mit Allergenen zurückgeführt werden, aber nicht immer.

Nach der medizinischen Leitlinie zur Allergieprävention wird Stillen von Babys empfohlen. Wenn Beikost eingeführt wird, sollte sie demnach vielfältig sein (**ohne** den Versuch auf mögliche Allergene zu verzichten). Es ist der Leitlinie nach auch in anderen Bereichen sinnvoller zur Vorbeugung, schon Babys Allergenen auszusetzen statt sie zu vermeiden. Zum Beispiel ist nachgewiesen, dass Hundehaltung in den ersten 3 Lebensjahren eines Kindes das Allergierisiko für verschiedene Allergien (z.B. für Nahrungsmittelallergien) senkt.

Die medizinische Leitlinie zur Allergieprävention kann unter https://register.awmf.org > Suchbegriff: „Allergieprävention“ heruntergeladen werden.

In der medizinischen Leitlinie zur atopischen Dermatitis, also zu Neurodermitis, steht, dass manche Impfungen das Risiko für Neurodermitis **senken**, z.B. die Impfung gegen Masern. Impfungen lösen keine Neurodermitis aus, aber wer schon Neurodermitis hat, kann durch einen Impfung genauso wie durch eine Infektion einen Schub bekommen. Trotzdem empfiehlt die Leitlinie Impfungen auch für Menschen mit Neurodermitis, weil die Vorteile überwiegen. Zum Beispiel sind Windpocken für Kinder mit Neurodermitis besonders

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

gefährlich und eine Impfung senkt das Risiko einer Erkrankung stark.

Behandlung von Neurodermitis

Menschen mit Neurodermitis sollten einen persönlichen Therapieplan bekommen. Sie können bei Arztterminen nach einem schriftlichen Plan für zu Hause fragen. Bei schwerer Neurodermitis ist eine stationäre Behandlung in einer Klinik oder eine teilstationäre Behandlung in einer Tagesklinik sinnvoll.

Sinnvoll ist auch eine Neurodermitis-Schulung. In Deutschland gibt es für Kinder und Jugendliche dafür das AGNES-Curriculum und ARNE für Erwachsene.

Auslöser vermeiden

Bei Neurodermitis ist es wichtig, die persönlichen Auslöser herauszufinden und dann möglichst zu vermeiden. Menschen mit Neurodermitis sollten nicht nur ihre individuellen Allergene vermeiden, sondern auch hautreizende Kleidung und Tabakrauch.

Sie sollten sich außerdem Methoden zur Stressbewältigung aneignen, weil Stress und andere psychische Faktoren die Schübe begünstigen können. Viele Krankenkassen bezuschussen passende Kurse oder Apps oder stellen diese kostenfrei zur Verfügung. Auch psychosoziale Beratung (Adressen siehe unten) ist empfehlenswert und eine Psychotherapie kann sinnvoll sein.

Schwitzen ist bei Neurodermitis eine der Hauptursachen für den Juckreiz, aber die Krankheit sollte kein Grund dafür sein, auf Sport zu verzichten, weil Bewegungsmangel ungesund ist. Um Juckreiz zu vermeiden ist es aber wichtig, sich möglichst bald nach dem Sport zu waschen und sich danach einzucremen.

Basispflege der Haut

Menschen mit Neurodermitis sollten sich schonend waschen (z.B. kurz und lauwarm baden, schonende Körperpflegeprodukte verwenden) und die Haut regelmäßig eincremen. Die Kosten für die nötigen Pflegeprodukte werden aber von den Krankenkassen in der Regel nur für Kinder bis zum 12. Geburtstag übernommen. Menschen mit Neurodermitis können aber die Kosten für die Basispflege von der Steuer absetzen und wer Grundsicherungsgeld (früher Bürgergeld) oder Sozialhilfe bezieht, kann sich dafür einen Mehrbedarf anerkennen lassen. Näheres unter Allergien > Kosten - Tipps - Links.

Medikamente

Die Entzündungen bei einem Neurodermitis-Schub werden mit verschreibungspflichtigen Medikamenten behandelt, welche die Reaktion des Immunsystems und damit die Entzündung und / oder den Juckreiz unterdrücken. Es gibt sie als Creme oder Salbe und für besonders schwere Fälle auch als Tabletten zum Einnehmen. Die Tabletten werden aber nur in schweren Fällen verschrieben. Oft werden Kortisonpräparate eingesetzt, aber es gibt auch andere Wirkstoffe, die z.B. eingesetzt werden, wenn die Kortisonpräparate nicht gut vertragen werden. Die Medikamente können auch zur Vorbeugung von Rückfällen verschrieben werden.

Manchmal kommt es bei Neurodermitis zu Infektionen der Haut, z.B. mit Bakterien oder Pilzen, die dann mit speziellen Medikamenten gegen die Infektion behandelt werden.

UV-Therapie

Bei der UV-Therapie werden die betroffenen Hautbereiche mit UV-Licht in einer bestimmten Wellenlänge und in der passenden Dosis bestrahlt. Ein Solariumsbesuch ist kein geeigneter Ersatz dafür, sondern erhöht das Hautkrebsrisiko und kann die Neurodermitis verschlimmern.

Immuntherapie

Wenn die Neurodermitis allergiebedingt ist, kann eine Immuntherapie helfen, bei der Allergene gespritzt werden, damit der Körper sich daran gewöhnt. Näheres unter Allergien > Kosten - Tipps - Links.

Alternativmedizin gegen Neurodermitis

Methoden der Alternativmedizin oder auch Komplementärmedizin sind Methoden **ohne ausreichenden wissenschaftlichen Nachweis** für eine Wirkung gegen Neurodermitis, die aber als Behandlungsmethode gegen Neurodermitis beworben werden. Sie können wegen des sog. **Placebo-Effekts** helfen. Dabei wirkt nicht die Behandlung selbst, sondern die damit verbundene positive Erwartungshaltung. Allerdings können solche Methoden unerwünschte Nebenwirkungen haben und zu mehr Leid führen, wenn deswegen auf eine andere Behandlung verzichtet wird, und die Kosten dafür werden meist nicht von der Krankenkasse übernommen.

Medizinische Reha

Ambulante oder stationäre Reha kann z.B. den Umgang mit der Neurodermitis und die Behandlung optimieren, das Selbstbewusstsein stärken und Betroffenen helfen, ihre Krankheit besser zu akzeptieren. Näheres unter Medizinische Rehabilitation.

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg

Praxistipps

- Die medizinische Leitlinie mit wissenschaftlichen Handlungsempfehlungen für die Diagnose und Behandlung von atopischer Dermatitis, also von Neurodermitis, können Sie sich unter https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/013-027 https://register.awmf.org > Suchbegriff: „Atopische Dermatitis“ herunterladen.
- Es gibt verschiedene Mythen, was Ihnen bei Neurodermitis angeblich helfen kann.
  Beispiele:
  - Es gibt auch im Hochgebirge Hausstaubmilben. Es ist nur ein Mythos, dass einem Urlaub im Hochgebirge Entlastung bei Hausstaubmilbenallergie bietet, also können Sie sich das Geld für einen entsprechenden Urlaub sparen, wenn sie nicht ohnehin dorthin reisen wollen. Allerdings gibt es weniger Pollen in der Luft, wo weniger Pflanzen wachsen, was oft in großen Höhen der Fall ist. Also kann ein Urlaub im Gebirge bei Pollenallergie entlastend sein.
  - Es gibt keine wissenschaftlichen Nachweise dafür, dass Spezialkleidung mit Silberbeschichtung die Neurodermitis-Symptome verringert, also können Sie auch einfach normale Kleidung kaufen, die sich angenehm anfühlt.

Wer hilft weiter?

Folgende Organisationen helfen, beraten und informieren bei Neurodermitis:

Bundesverband Neurodermitis e.V. (BVN)
Selbsthilfeorganisation für Menschen mit Neurodermitis
Telefon: 06742 8713-0 (Mo–Mi 7.30–16 Uhr, Do 7.30–17 Uhr)
E-Mail: info@neurodermitis.net
www.neurodermitis.net

Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin e.V. (GPA)
Telefon: 0241 9800-486
E-Mail: GPA.eV@t-online.de
www.gpau.de

Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V. (DAAB)
Telefon: 02166 64788-20 (Mo–Do 9–12:30)
Beratung: 02166 64788-88 (Mo–Mi 9–12)
E-Mail: info@daab.de
www.daab.de

Die **Arbeitsgemeinschaft Allergiekrankes Kind (AAK)** informiert auf ihrer Website über Neurodermitis bei Kindern. Außerdem bietet sie Möglichkeiten zum Austausch von Familien und Eltern an.
Telefon: 02772 9287-0
E-Mail: koordination@aak.de
www.aak.de

Verwandte Links

Neurodermitis

Neurodermitis > Behinderung

Neurodermitis > Finanzielle Hilfen

Allergien

© 2026 beta Institut gemeinnützige GmbH
Kobelweg 95, 86156 Augsburg