

Atopische Dermatitis - Pflegeanleitung



KINDERARZTPRAXIS
Dr. med. Martina Altenähr
Dr. med. Katja Hilgenfeld

Reinigung der Haut

- Kontakt mit Wasser und Reinigungsmitteln fördert Austrocknung der Haut
- besser **kurz Duschen** als Baden, zur Reinigung milde, pH-neutrale Reinigungsmittel verwenden
- Wassertemperatur max. 35°
- Ölbäder ja, Schaumbäder nein

Basispflege, auch bei gutem Hautzustand

- **täglich 2-3 x** gesamten Körper eincremen, nicht nur trockene Stellen – **wichtig!**
- immer nach dem Duschen auf noch etwas feuchte Haut
- bei Entzündung wässrige Grundlage (Cremes), bei chronisch trockener Haut fettige Grundlage (Salben)
- im Winter eher fettige Grundlage

Ekzemtherapie, bei akuten Krankheitsschüben

- äußerliche Anwendung von antientzündlichen Wirkstoffen, entweder Kortison-Creme (z.B. Advantan) oder Calcineurin-Inhibitor-Creme (z.B. Elidel)
- Kortison-Creme: geeignet für Rücken, Bauch, Brust, Arme, Beine
- Calcineurin-Inhibitor: geeignet für empfindliche Hautstellen, z.B. Gesicht, Hals, Windelregion
- beginnend 2 x tgl. lokal 3 Tage, ausschleichende Therapie (1 x tgl. lokal 3 Tage → alle 2 Tage 1 x tgl.)
- dann **proaktive Therapie** (1-2 x wöchentlich) auch bei gutem Hautbefund auf vor allem betroffene Hautstellen zur Verhinderung eines neuen Schubs – **wichtig!**