

Bitte nicht kratzen!

Ekzeme: Wann selbst behandeln, wann zum Arzt?

Bei Ekzemen handelt es sich um nicht-infektiöse Entzündungen der Haut, welche jucken und auch nässen können. In manchen Fällen bilden sich Bläschen. Leichte Formen lassen sich gut mit rezeptfreien Mitteln behandeln. Wann allerdings ärztlicher Rat wichtig ist, erklären die Hautexperten des Klinikum Wels-Grieskirchen.

„Wir unterscheiden zwei Formen – die endogenen und die exogenen Ekzeme“, sagt Barbara Gruber, Oberärztin an der Abteilung für Haut- und Geschlechtskrankheiten, Dermatologie und Angiologie am Klinikum Wels-Grieskirchen. „Endogene Ekzeme gehen auf innere Einflussfaktoren wie zum Beispiel Vererbung zurück. Entstehen Entzündungen der Haut durch äußere Einflüsse, unter anderem durch Allergien, Sonne oder Stress, spricht man von exogenen Ekzemen.“

Behandlung richtet sich nach verschiedenen Faktoren

Ekzeme können je nach Ausprägung auch selbst behandelt werden. „Das ist aber abhängig vom Erkrankungsstadium, Hauttyp und vor allem vom Auslöser“, so Gruber. Wer sich in der Apotheke beraten lässt, sollte deshalb folgende Informationen bereithalten: „Wann und unter welchen Bedingungen ist das Ekzem zum ersten Mal aufgetreten – etwa bei Sonnenbestrahlung oder dem Kontakt mit Putzmitteln? Ist die betroffene Hautpartie eher trocken oder nässt sie? Bestehen Schmerzen oder Juckreiz? Leidet jemand in der Familie zum Beispiel an Neurodermitis? Eine möglichst genaue Beschreibung der Symptomentwicklung unterstützt den Apotheker in der Wahl einer geeigneten Salbe oder Creme.“

Creme oder Salbe?

Die Devise einer erfolgreichen Ekzembehandlung lautet: „Einerseits feucht auf feucht, das bedeutet, bei nässenden Hautstellen helfen feuchte Umschläge und Cremes mit hohem Wasseranteil. Und andererseits fett auf trocken, also schuppige Stellen können gut mit einer fettreichen Salbe behandelt werden“, erklärt die Dermatologin. In manchen Fällen ist die Verabreichung von Kortison sinnvoll. Niedrigdosierte Kortisonpräparate sind rezeptfrei in der Apotheke erhältlich und eignen sich für die Anwendung bei Erwachsenen im Falle eines akuten Entzündungsschubes. „Tragen Sie diese topischen Glucocorticoide bei starkem Beschwerdebild anfänglich zweimal am Tag im Bereich des

Ekzems auf. Die Entzündung sollte innerhalb einiger Tage abklingen. Dann kann das Präparat je nach Wirkstoffkonzentration bis zu vier Wochen einmal täglich weiterhin verwendet werden – lassen Sie sich dazu von Ihrem Apotheker beraten!“

Was tun bei Juckreiz

Ein besonders unangenehmes Symptom bei Ekzembildung ist ein eventuell auftretender Juckreiz. „Dann ist es wichtig, nicht zu kratzen – auch wenn es schwerfällt! Nur so können Verletzungen der Hautschicht vermieden werden, welche zu Infektionen führen“, so die Hautexpertin. Tritt der Juckreiz bei trockenen Hautpartien auf, können kühle, feuchte Umschläge Abhilfe schaffen. Auch Produkte, welche Fett oder Urea beinhalten, mildern die Beschwerden. In der Apotheke sind Präparate erhältlich, welche den Juckreiz lindern – auch die Einnahme von Antihistaminika ist möglich.

Abklärung durch den Arzt

Auch wenn die Symptome abgeklungen sind, ist eine spezielle Hautpflege wichtig, um ein Wiederauftreten zu vermeiden. „Wir raten zu einer auf Ihren Hauttyp abgestimmten Pflege – lassen Sie sich dazu wiederum in der Apotheke beraten“, so die Oberärztin. Tritt das Beschwerdebild wiederholt auf oder breitet sich das Ekzem stark aus, juckt es massiv oder infiziert sich, ist unbedingt eine Abklärung durch den Arzt notwendig. „Kontaktieren Sie in diesen Fällen vorerst Ihren Hausarzt! Er wird Sie bei Bedarf an einen Facharzt überweisen.“

10 Fakten zum Ekzem:

- 1) Typisch: trockene Hautstellen, Rötungen, Spannungsgefühl, Schuppen, (nässende) Bläschen
- 2) Am häufigsten sind Arme, Kniekehlen, Hände, Füße oder Gesicht betroffen.
- 3) Ekzeme können mit leichtem bis starkem Juckreiz auftreten.
- 4) Mit der Zeit verändert sich die Hautstruktur, sie wird gröber und verdickt sich.
- 5) Die genauen Ursachen sind noch nicht geklärt, es wird aber zwischen äußeren (trockene Haut, irritierende Substanzen, Wettereinflüsse, Allergene, Stress, Infektionen ...) und inneren Auslösern (Vererbung, Hormone ...) unterschieden.
- 6) Das Krankheitsbild kann je nach Ausprägung die Lebensqualität stark einschränken.
- 7) Die Behandlung richtet sich nach Auslöser und Ausprägung.
- 8) Neurodermitis, auch atopisches Ekzem genannt, ist ein eigenes Krankheitsbild: Dabei können Ekzeme unterschiedlicher Art, meist verbunden mit deutlichem Juckreiz, auftreten.
- 9) Bei mittel ausgeprägtem Beschwerdebild können Ekzeme gut selbst behandelt werden.

10) Ist der Verlauf chronisch, wiederkehrend oder tritt eine Infektion auf, ist eine ärztliche Abklärung notwendig.

Bilder und Statements:

Bild: KWG_Gruber_Barbara_Dr_OÄ_Derma_SK_0041.jpg, © sarahkatharina.com

Bildtext: OÄ Dr. Barbara Gruber, Abteilung für Haut- und Geschlechtskrankheiten, Dermatologie und Angiologie, Klinikum Wels-Grieskirchen

„Endogene Ekzeme gehen auf innere Einflussfaktoren wie zum Beispiel Vererbung zurück. Entstehen Entzündungen der Haut durch äußere Einflüsse, unter anderem durch Allergien, Sonne oder Stress, spricht man von exogenen Ekzemen.“

„Eine möglichst genaue Beschreibung der Symptomentwicklung unterstützt den Apotheker in der Wahl einer geeigneten Salbe oder Creme.“

„‘Feucht auf feucht‘ bedeutet, bei nässenden Hautstellen helfen feuchte Umschläge und Cremes mit hohem Wasseranteil. Und andererseits gilt ‚fett auf trocken‘, also schuppige Stellen können gut mit einer fettreichen Salbe behandelt werden.“

„Tragen Sie topische Glucocorticoide bei starkem Beschwerdebild anfänglich zweimal am Tag im Bereich des Ekzems auf. Die Entzündung sollte innerhalb einiger Tage abklingen.“

„Tritt das Beschwerdebild wiederholt auf oder breitet sich das Ekzem stark aus, juckt es massiv oder infiziert es sich, ist unbedingt eine Abklärung durch den Arzt notwendig.“

Die Abteilung für Haut- und Geschlechtskrankheiten, Dermatologie und Angiologie am Klinikum Wels-Grieskirchen

Die Dermatologie am Klinikum Wels-Grieskirchen ist seit über 85 Jahren fixer Bestandteil des größten Ordensspital Österreichs und hat sich zu einem Schwerpunkt mit vielseitigem Leistungsangebot entwickelt. Heute präsentiert sich die Abteilung für Haut- und Geschlechtskrankheiten, Dermatologie und Angiologie, unter der Leitung von MR Prim. Dr. Werner Saxinger, MSc, mit einem breiten operativen Spektrum, modernster Venendiagnostik und Venentherapie, Allergologie und Lasertherapie als kompetenter Ansprechpartner für die regionale Bevölkerung sowie mit dem ersten Österreichischen Hauttumorzentrum als Vorreiter in der Dermatoonkologie. Mit der Psoriasisambulanz wird ein weiterer Schwerpunkt für die Betreuung der Patienten gesetzt. Mehr Infos: www.klinikum-wegr.at / Medizin und Pflege / Haut- und Geschlechtskrankheiten

Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen

Mag. Kerstin Pindeus, MSc, MBA, A-4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 7242 415-93772, Mobil: +43 699 1416 3772

E-Mail: kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at