

Ekzem

„Ein Ekzem ist, was wie ein Ekzem aussieht!“ O-Ton Prof. Dr.med. Dr.med. h.c. Enno Christophers em. Direktor der Universitätshautklinik Kiel.

Am besten wissen wir über die Herkunft des *Wortes* Ekzem Bescheid - das Ekzem als solches ist aber recht schwer einzuordnen.

Die Auslöser eines Ekzems kommen in der Regel von außen an die Haut heran, im Gegensatz zum Exanthem - dem Ausschlag, der von innen nach außen aus-schlägt... Oft trifft der Auslöser aber eine vorgeschädigte Haut an, und das ruft viel leichter ein Ekzem hervor als bei Hautgesunden. Die modernste Definition des Ekzems ist seine **Einordnung als Intoleranzreaktion**. Die Haut reagiert intolerant auf Einflüsse von außen.

Als identifizierbare Auslöser kommen in Frage

- einfach schädigende (sog. toxische) Stoffe , die jeden irgendwann in die Knie zwingen - zum Beispiel scharfe Reinigungsmittel, entfettende Stoffe wie Aceton oder ätzender Zement.
- Allergisch wirkende Stoffe, die nur einzelne Personen schädigen, nämlich die mit einer Allergie...Hier sind Nickel, Chromsalze und viele in Salben (!!)
- Die genetische Bereitschaft, schnell ein Ekzem zu bekommen, oft ohne erkennbaren Auslöser: die Neurodermitis, atopisches Ekzem oder auch endogenes Ekzem genannt.

Die **Krankheit verläuft** in ganz gut unterscheidbaren Stadien ab - wenn es sich um eine *einmalige* ausreichend starke Schädigung der Haut handelt. Zuerst ist alles rot und etwas geschwollen, dann treten feine Bläschen auf, es juckt ohne Ende, dann platzen die Bläschen und es wird alles matschig. Danach verkrustet die Hautstelle und am Ende schuppt es ordentlich ab.

Ist der Auslöser aber nicht abgestellt und irritiert die Haut weiter, kommt es zu einer bunten Mischung aller dieser Krankheitsstadien und zu guter Letzt ist die Haut stark verdickt vom ewigen Kratzen und ähnelt einer mit Flechten bedeckten Baumrinde, womit wir den Namen „Flechte“ (=chronisches Ekzem) auch gleich mit erklären können...

Zentrale Bedeutung in der Auslösung des Krankheitsgeschehens hat die sog. **Barrierefunktion** der Hornschicht, das ist der allgemein bekannte **Säureschutzmantel** der Haut. Ist dieser heil, passiert nichts, keine Schadstoffe dringen hindurch, sogar der Nickelallergiker kann Nickel-haltige Geldmünzen anfassen etc. .Ist die Haut aber vorgeschädigt (durch zu viel Seife/Arbeitsstoffe) - oder zu feucht (feucht-kalter Handschweiß) (Hautfalten) oder zu trocken (Unterschenkel beim Älteren) oder zu dünn (beim Baby) kommt es zum Durchtritt von Schadstoffen durch die Barriere und die Haut reagiert mit einer Entzündung. Manche Friseurin bekommt erst ihr Waschekzem und dann eine durch die kaputte Haut hindurch erworbene Allergie gegen Friseurstoffe.

Ein weiterer Spieler auf dem Platz sind bestimmte Bakterien, die auf der Haut angetroffen werden. Sie können die Entzündung weiter hochfahren und müssen ggf. zusätzlich behandelt werden.

Die Therapie des **akuten** Ekzems ist einfach. Auf der einsamen Insel würde ich verdünnte feuchte Meerwasserumschläge machen und hinterher, wenn's schuppt, Kokosöl drauf schmieren. Ein wenig schneller geht es hier mit zusätzlich ein wenig Cortisonmilch/Creme.

Viel schwieriger ist das Management **chronischer** Ekzeme, der Auslöser ist hier oft entweder nicht bekannt oder nicht abstellbar (Maurer ohne Zementkontakt ???!), oder es liegen genetisch festgelegte, nicht dauerhaft abstellbare Fehlfunktionen des Säureschutzmantels vor - wie bei der Neurodermitis. Bei den chronischen Ekzemen ist eine Cortisonsalbe in ihrer Wirksamkeit meist unübertreffbar, sollte aber aus verschiedenen Gründen nicht täglich über Jahre verwendet werden.

Bei der Therapie dieser chronischen Ekzeme ist die Berücksichtigung aller Begleitumstände, die zur Verschlechterung der Hautkrankheit beitragen können erforderlich. Stellt man sich die Barrierefähigkeit der Haut wie ein gefülltes Wasserfass vor, dann bringen einige Steine (die verschiedenen Schädigungen) es irgendwann zum Überlaufen (die Haut entwickelt ein Ekzem). Welcher der Steine es letztendlich dann war, bleibt unklar. Aber andersherum macht dieser Umstand durchaus Hoffnung: Weglassen einiger dieser Steine (egal welcher) lässt das Fass noch nicht ganz überlaufen... Wenn wir also zB von 5 Faktoren, die üblicherweise ein Ekzem verschlechtern, zwei oder drei weglassen oder behandeln, kann es zu einer Besserung/Abheilung kommen.

Leider sind die Maßnahmen, die zu ergreifen sind, oft mit einer Änderung lang geübter und unbewusst ablaufender Verhaltensweisen verbunden. Plötzlich sollte man besser nicht mehr erst unter der Dusche aufwachen, sondern muss sich sputen, darf sich nicht mehr genüsslich von oben bis unten einseifen sondern muss sich hinterher von oben bis unten eincremen...Man muss regelmäßig das Gehirn einschalten und prüfen: darf ich? sollte ich nicht besser...??Das kann richtig lästig werden - bis man das verinnerlicht hat, aber man wird ja schließlich belohnt: Ekzem wird besser...

Die Kunst des Arztes besteht in der (mit dem Patienten gemeinsamen) Aufdeckung der Verschlechterungsfaktoren, in der Motivation des Patienten zur Fortführung der Therapie und manchmal kann er tatsächlich ein Kaninchen aus dem Hut zaubern und alles ist weg...Die Chancen dafür steigen mit der Bereitschaft des Patienten zum Mitdenken und -machen. Die Behandlung ganz dem Arzt zu überlassen ist die falsche „Lösung“!! Man sollte ihm aber trotzdem die Haut immer wieder mal vorstellen, manchmal ist aufgrund des Hautzustandes ein verändertes Heilmittel angezeigt, auch ist die Möglichkeit nicht von der Hand zu weisen, dass eine weitere Hautkrankheit hinzu treten kann, oder das es besser wäre, die ursprüngliche Diagnose noch einmal zu überdenken...Fehldiagnosen gibt es natürlich überhaupt nicht, das ist das einzige was es in unserem Gesundheitssystem nicht gibt!!

Weitere Informationen zur modernen Cortisonbehandlung gibt Ihnen der Download

„Cortison richtig anwenden“ auf dieser Homepage

„Säureschutzmantel“ und „Tipps für Handekzeme“ ebenfalls eine Seite zurück!

Denken Sie dran: nur der informierte Patient kann ein guter Patient sein!