



**University of
Zurich**^{UZH}

**Zurich Open Repository and
Archive**

University of Zurich
Main Library
Strickhofstrasse 39
CH-8057 Zurich
www.zora.uzh.ch

Year: 2012

Hände sind besonders empfindlich

Ballmer-Weber, B K

Posted at the Zurich Open Repository and Archive, University of Zurich
ZORA URL: <https://doi.org/10.5167/uzh-64313>
Journal Article
Published Version

Originally published at:
Ballmer-Weber, B K (2012). Hände sind besonders empfindlich. *mediaplanet*, (2):8.

NEWS

Hände sind besonders empfindlich

■ **Frage:** Weshalb sind Ekzeme weit verbreitet?
 ■ **Antwort:** Verschiedene Substanzen und Umweltfaktoren können die Haut reizen und so zu einem Kontaktekzem führen.

Bei einem Ekzem handelt es sich um eine Entzündung der Haut, die nicht ansteckend ist. «Ein Ekzem äussert sich subjektiv typischerweise durch Juckreiz. Abhängig davon, ob das Ekzem vorübergehend (akut) oder dauerhaft (chronisch) ist, können weitere Symptome auftreten. Zudem können die Hautveränderungen an verschiedenen Körperstellen unterschiedlich aussehen», erklärt Prof. Barbara Ballmer-Weber, leitende Ärztin der Dermatologischen Klinik des Universitätsspitals Zürich.

Betroffene Region geschwollen
 Dabei werden verschiedene Phasen eines Ekzems unterschieden. In der akuten Phase ist die Haut gerötet. Es bilden sich häufig Knötchen, Bläschen und Krusten, die betroffene Region ist geschwollen und nässt. Besonders an der Kopfhaut zeigt sich häufig eine starke Schuppung. «Bei einem chronischen Ekzem ist die Haut verdickt, sie schuppt und es können sich Einrisse bilden, sogenannte Rhagaden. Gerade an den Händen kann es nicht selten zu einem chronischen Ekzem, das heisst einer dauerhaften Entzündungsreaktion kommen», so Ballmer-Weber. Es

gibt sowohl innere als auch äussere Faktoren, die Ekzeme auslösen können.

Allergien fördern Ekzeme
 Laut Ballmer-Weber spielt die vererbte Neigung zu Allergien eine zentrale Rolle. Wer etwa unter allergischem Asthma, Heuschnupfen oder Neurodermitis im Kindesalter leide, habe auch ein erhöhtes Risiko für Ekzeme im späteren Lebensalter. Auch trockene Haut ist ein Risikofaktor für die Entstehung von Ekzemen. Zu intensives Waschen mit Seife, trockene Luft und niedrige Temperaturen entziehen der Haut Feuchtigkeit und zusätzlich Fett. Daneben spielen äussere Faktoren bei der Entstehung von Ekzemen eine grosse Rolle. Die gesunde Haut verfügt über eine natürliche Barrierefunktion und schützt damit den Körper vor dem Eindringen körperfremder Stoffe. Je häufiger die Haut mit reizenden, hautschädigenden oder allergieauslösenden Stoffen in Kontakt kommt, desto eher erschöpfen sich die natürlichen Schutzmechanismen der Haut. Die Folge ist, dass die körpereigene Abwehr gegen diese körperfremden Stoffe überreagiert und eine Entzündungsreaktion ausgelöst wird.

Handekzem
 «Besonders häufig von einem Ekzem betroffen sind die Hände. Man spricht dann von einem Handekzem. Es handelt sich dabei um eine typische Erkrankung, an der oftmals Coiffeusen, Reinigungskräfte, Bauarbeiter oder Hausfrauen leiden», erklärt die Fachärztin. Menschen, die viel mit den Händen arbeiten und in Kontakt mit allergisierenden Substanzen kommen, können entsprechend ein Handekzem entwickeln. Symptome des Handekzems sind Rötungen, Schuppung,

Hauteinrisse und kleine Bläschen. Gerade Patienten mit chronischem Handekzem sind in ihrer Lebensqualität stark beeinträchtigt, sind die Hände doch ein wichtiges Kommunikations- und Funktionsorgan. Die Auswirkungen eines chronischen Handekzems auf die Arbeitsfähigkeit sind enorm und gefährden damit nicht nur die berufliche, sondern auch soziale Integration des Patienten. Betroffene schämen sich oft, die eigenen Hände zu zeigen und andere Menschen zu berühren. Sie haben Angst vor dem Verlust der Arbeitsstelle. Darüber hinaus leiden die Patienten unter Juckreiz und Schmerzen, bedingt durch das chronische Entzündungsgeschehen.

Behandlung möglich
 «Bei einer milden Form des Handekzems kann man bereits mit feuchtigkeitsspendenden Cremes und Verwendung von milden Reinigungsmitteln mit einem hautfreundlichen pH-Wert, welche die Haut nicht zusätzlich austrocknen, Besserung erzielen. Daneben ist es besonders wichtig, bei hautbelastenden Tätigkeiten immer Schutzhandschuhe zu tragen», erklärt Ballmer-Weber. Bei schweren Handekzemen, insbesondere wenn sie trotz der Basispflege bestehen bleiben, helfen cortisonhaltige Präparate oder spezielle, beim Dermatologen angebotene Lichtbehandlungen. Chronische Handekzeme gehen mit ausgedehnten, oft wiederkehrenden oder beständigen Hautveränderungen einher und sind schwierig zu behandeln. Bei diesen schweren Formen können Medikamente wie das Alitretinoin (Toctino) mit gutem Behandlungserfolg eingesetzt werden.

ANNA BIRKENMEIER
 redaktion.ch@mediaplanet.com

ALLERGIEN

Therapien und Hautpflege können helfen

■ Neurodermitis stellt für Kinder und deren Eltern eine grosse Belastung dar. Häufig beginnt die Erkrankung im Kleinkindalter und verliert sich im Verlauf der Kindheit wieder. Das Allergiezentrum bietet zum Umgang mit der Erkrankung Kurse an.

■ Welche Erfahrung machen Sie in der Arbeit mit an Neurodermitis erkrankten Kindern?

Den Eltern stellen sich oftmals eine Vielzahl an Fragen – zur Pflege der Haut, zur Ernährung, aber auch zu den Therapiemöglichkeiten. Für Kinder und besonders auch für deren Eltern stellt Neurodermitis eine grosse Belastung dar. Typisch ist auch, dass die Eltern nach Ursachen suchen und verzweifelt sind, wenn Therapien keinen Erfolg bringen. Wir bieten spezielle Kurse an, in denen sich Betroffene über Neurodermitis informieren können.

■ Wie können die Betroffenen mit ihrer Erkrankung im Alltag umgehen?

Ganz wichtig ist es, dass die Kinder bei einem Dermatologen in Behandlung sind und eine saubere Diagnose haben. Nur so wird eine optimale medizinische Behandlung garantiert. Daneben können die Betroffenen Faktoren ausweichen, welche die Schübe verstärken. Da-

zu gehören Wärme, Schweiß, gewisse Nahrungsmittel, aber auch psychische Faktoren wie Stress.

■ Welchen Einfluss hat die Erkrankung auf die Psyche?

Neurodermitis hat einen grossen Einfluss auf die Psyche der Eltern und Kinder. Bei Eltern können Schuldgefühle entstehen, oftmals zeigen sich negative Reaktionen im Umfeld und nicht selten besteht die unberechtigte Angst vor einer Ansteckung. Daneben führt der nächtliche Juckreiz zu einem Schlafmangel bei Eltern und Kindern. Ältere Kinder schämen sich oftmals für ihre Erkrankung und ziehen sich möglicherweise von sportlichen Aktivitäten zurück und meiden soziale Kontakte. Die Haut ist unser wichtigstes Kontaktorgan – ist dieses gestört, stört es auch die Psyche.

■ Wie kann das Wohlbefinden gesteigert werden?

Einerseits salben, salben, salben: Die Haut muss regelmässig eingefettet werden. Es gibt keine spezifische Neurodermitissalbe, sehr wohl aber geeignete und ungeeignete Produkte. Oft finden Betroffene selber heraus, was ihnen am besten hilft. Bei Säuglingen bewährt sich die Baby-Massage: Sie beruhigt, entfernt trockene Hautschuppen, fördert die Durchblutung der Haut und führt ihr Fett zu. Dann ist der Austausch mit anderen Betroffenen sehr wichtig. Dabei können Tipps und Erfahrungen ausgetauscht werden und die Betroffenen sehen, dass sie nicht allein sind.

ANNA BIRKENMEIER
 redaktion.ch@mediaplanet.com



Prof. Dr. med. Barbara Ballmer-Weber
 Leitende Ärztin der Dermatologischen Klinik des Universitätsspitals Zürich



Hannes Lüthi
 Leiter des Fachteams am aha Allergiezentrum Schweiz in Bern

ANZEIGE

Es liegt in Ihren Händen

Petra, 41, Töpferin

www.handekzem.ch

T20120530-068

Tal DERMAL

Reparative Hautpflege nach Mass - für trockene und sehr trockene Haut

ein Stück graubünden

www.parsenn-produkte.ch

SHAMPOO

BODY-LOTION

SHOWER-GEL

Tal Handpflege-Linie

Tal Fusspflege-Linie

der Klassiker ohne Parfum für sensible Haut

gegen Pigmentflecken mit SPF 15

gegen trockene, stark verhornte Füsse

gegen trockene Füsse

mit Salz aus dem toten Meer