



Haut - Haare - Nägel

Wie Sie Ihre Haut bei Neurodermitis pflegen sollten!

Die Neurodermitis ist in erster Linie eine Hauterkrankung. Die konsequente Hautpflege bildet deshalb die Basis jeder Neurodermitis-Behandlung.

Aggressive Seifen und Waschmittel sind für die trockene und spröde Haut von Neurodermitis-Kranken nicht geeignet und sollten deshalb aus dem Haushalt verbannt werden. Um der Haut Feuchtigkeit zuzuführen und neuen Krankheitsschüben möglichst vorzubeugen, sollte sie täglich mit Cremes und Lotionen oder rückfettenden Ölbädern gepflegt werden. Diese Behandlung muss auch in den Zeiten aufrechterhalten werden, in denen keine Beschwerden vorliegen.

Tipps zur Hautpflege

- Durch eine regelmäßige Hautpflege vermeidet man, dass Schweiß in kleine Hautrisse eindringt. Der Juckreiz lässt sich so verhindern.
- Nehmen Sie sich Zeit für die Pflege Ihrer Haut. Legen Sie dafür einen bestimmten Zeitpunkt in Ihrem Tagesablauf fest.
- Morgens und abends sollte man rückfettende Lotionen, Salben oder Cremes verwenden. Der Zusatz von Johanniskrautextrakt hat sich klinischen Studien zufolge als sinnvoll erwiesen.
- Cremen Sie sich aber auch nicht zu häufig ein, damit Ihre Haut noch die Chance hat, selber rückfettende Substanzen zu produzieren.
- Ist die Haut gespannt und unelastisch, benutzen Sie Produkte mit hohem Flüssigkeitsanteil.
- Bei rissiger und spröder Haut sollten Salben mit hohem Fettanteil verwendet werden. Diese aber nur auf die betroffenen Hautstellen auftragen.
- Cremen Sie sich sanft ein, damit keine Kratzer entstehen. Eine leichte Massage fördert die Durchblutung.
- Tragen Sie die Produkte nicht zu dick auf.

Ratgeber informiert!

Mehr über das Thema „Trockene Haut und Neurodermitis“ erfahren Sie in dem Ratgeber der Deutschen Gesundheitshilfe. Diesen können Sie unter <http://www.gesundheitshilfe.de/> kostenlos herunterladen.



Wichtiger Hinweis: Diese Information gibt Hilfestellungen und Anregungen für Ihre Gesundheit. Sie kann und soll das Gespräch mit Ihrem Arzt oder Apotheker aber nicht ersetzen und ist insbesondere nicht als Anleitung zur unkontrollierten Selbstbehandlung gedacht. Für Diagnose und Therapie Ihrer Krankheiten ist grundsätzlich der Arzt zuständig. Verordnete Arzneimittel und Behandlungsmaßnahmen dürfen Sie auf keinen Fall ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt ändern oder absetzen. Lesen Sie vor einer Medikamenteneinnahme immer den Beipackzettel. Bei allen Fragen wenden Sie sich bitte stets an Ihren Arzt oder Ihre Apotheke.