

Was hilft bei empfindlicher Kopfhaut?

Ursachen und Behandlungsstrategien bei Schmerzen, Reiz und Rötung

Klagen über empfindliche Kopfhaut sind ein häufiges Problem in der Praxis und stellen nicht selten eine besondere Herausforderung an den Dermatologen dar. Vor allem Patienten mit Haarausfall und Alopezie klagen häufig auch über Probleme der Kopfhaut, die für eine erfolgreiche Therapie im Behandlungsprogramm mit zu berücksichtigen sind.

RALPH TRÜEB

Im Vordergrund steht die Klage über eine empfindliche Kopfhaut, wobei dieser verschiedene Ursachen zugrunde liegen können: atopische Hautdisposition mit Neigung zu Seborrhoe, Irritation und Ekzem, Typ-IV-Sensibilisierungen gegenüber bestimmten Shampoo-Inhaltsstoffen (z.B. Cocamidopropylbetain und Konservierungsstoffen), Hauttrockenheit im Alter (Altersseborrhoe), intensive chemische Haarbehandlungen sowie spezifische dermatologische Kopfhauterkrankungen (z.B. seborrhoisches Ekzem, Psoriasis und ihre therapiebedingten Folgezustände, vornehmlich durch längere Anwendung kortikosteroidhaltiger Externa).

Red-scalp-Syndrom

Beim Zustand der auf eine übliche antiektzematöse beziehungsweise antiseborrhoische Therapie refraktären Rötung der Kopfhaut mit Juckreiz und Brennen spricht man, wenn nosologisch keine Zuordnung zu einer spezifischen dermatologischen Erkrankung möglich ist, vom Red-scalp-Syndrom

(Abbildungen 1 und 2). Einerseits treten die unangenehmen Symptome der empfindlichen Kopfhaut (z.B. Juckreiz, Brennen, Spannungsgefühl) nach dem Auftragen von Haarwuchsmitteln in Erscheinung, wobei sie auf eine austrocknende und irritative Wirkung des in den Lotionen enthaltenen Alkohols und/oder Lösungsmittels Propylenglykol zurückzuführen sind. Andererseits wird das Red-scalp-Syndrom typischerweise im Bereich der Vertexalopezie beobachtet, die der UV-Strahlung maximal exponiert ist. Pathogenetisch wird es als eine der Rosazea nahestehende, chronische, UV-bedingte Schädigung der Kopfhaut interpretiert (1). Zudem häufen sich die Hinweise darauf, dass sich die UV-Strahlenexposition neben der Schädigung der Haut auch auf das Haarwachstum negativ auswirkt (2), vermutlich durch Generierung reaktiver Sauerstoffspezies, wobei gleichzeitig eine erhöhte Empfindlichkeit der Haarpapillenfibroblasten auf oxidativen Stress besteht (3).

Burnout der Kopfhaut

Bei der leicht reizbaren, sensiblen Kopfhaut, die scheinbar nichts mehr verträgt, spricht man auch vom Burnout-Syndrom der Kopfhaut. Der Begriff des Burnout bezeichnet allgemein einen Zustand emotionaler Erschöpfung, der als das Ende einer Entwicklungslinie verstanden wird, die mit idealistischer Begeisterung beginnt und über frustrierende Erlebnisse zu Desillusionierung, Depression und Aggressivität führt. Auch beim Zustand der Kopfhaut und bei deren Behandlung mit verschiedenen Therapeutika erlebt man immer wieder ähnliche Patientenkarrieren. Analog zum Burnout-Syndrom, das wissenschaftlich nicht als Krankheit anerkannt ist, sondern gemäss ICD-10 als ein Problem der Lebensbewältigung aufgefasst wird (4), ist auch das Burnout der Kopfhaut nicht als eigenständige Entität zu verstehen, sondern als Frage der Problembewältigung. Es gilt, die Kopfhaut vor weiteren Insulten der Umwelt, der Medizin und der Kosmetik zu schützen, zu beruhigen und wiederaufzubauen, und das Vertrauen des Patienten wiederzugewinnen.

Prävention und Therapie bei gereizter Kopfhaut

Die Optimierung der Haarwaschfrequenz bildet den ersten Schritt in der Behandlung und der Prävention der gereizten Kopfhaut. Menschen mit fettigen Haaren sollten oft, mitunter auch täglich, Menschen mit trockenen Haaren weniger oft ihre Haare waschen. Zudem ist auf ein mildes Shampoo zu achten, wobei Inhaltsstoffe, die ein hohes Irritationspotenzial aufweisen oder ein bekanntes Kontaktallergen enthalten, zu vermeiden sind.

Merksätze

- ❖ Die Häufigkeit des Haarewaschens muss angepasst werden: bei fettem Haar häufiger, bei trockenem Haar weniger oft waschen.
- ❖ Nebenwirkungen topischer Minoxidil-Produkte werden häufig als seborrhoisches Ekzem fehlinterpretiert: Anti-Schuppen-Shampoos etc. verschlimmern in diesem Fall jedoch die Symptomatik.
- ❖ Reizlindernde Pflanzenwirkstoffe wie Hamamelis sind empfehlenswert, die entsprechenden Pflegeprodukte müssen jedoch von hoher Qualität sein und genügend Wirkstoff enthalten.



Abbildung 1: Red-scalp-Syndrom vor der Behandlung.



Abbildung 2: Nach 6 Monaten Behandlung mit einem hamamelis-haltigen Shampoo (Erol® energy Shampoo).

Von besonderem Interesse sind reizlindernde Wirkstoffe aus der traditionellen Phytomedizin wie Kamille (*Marticaria chamomilla*), Herzsamen (*Cardiospermum halicacabum*), Pfingstrose (*Paeonia lactiflora*) und Virginische Zaubernuss (*Hamamelis virginiana*). Als die Europäer den amerikanischen Ureinwohnern erstmals begegneten, verwendeten die Stämme im Nordosten Amerikas etwa 275 Pflanzen zu medizinischen Zwecken. *Hamamelis virginiana* zählte zu den wichtigsten unter ihnen (Behandlung oberflächlicher Hautverletzungen und Hautentzündungen).

Ab Mitte des 19. Jahrhunderts wurde *Hamamelis* schliesslich Bestandteil der offizinellen Medizin in Europa und Nordamerika. Verwendet werden die Laubblätter (*Hamamelidis folium*) sowie die Rinde (*Hamamelidis cortex*) der in Nordamerika heimischen Virginischen Zaubernuss. Die heute aus *Hamamelis* gewonnenen, wirtschaftlich genutzten Arzneidrogen sind in der *Tabelle* unter Angabe von Inhaltsstoffen und Verwendungen aufgelistet (5).

Von entscheidender Bedeutung ist die Qualität. Gewöhnliches *Hamamelis*destillat (HMM-Wasser) weist nur geringe Wirkstoffpeaks auf. Um eine rasche Regenerierung der Kopfhaut mit positivem Einfluss auf den übrigen Therapieverlauf zu erreichen, ist auf hochwertige *Hamamelis*wirkstoffe aus wildwachsender und nachhaltiger Produktion zu achten. Die Erol® energy Haarpflegeprodukte auf der Basis von Virginischer Zaubernuss (*Hamamelis virginiana*) sind speziell zur Pflege und zur Behandlung der empfindlichen Kopfhaut entwickelt worden. Das Shampoo besteht aus *Hamamelis*-virginiana-Extrakt und einer milden Shampoo-Tensidgrundlage, die frei von Cocamidopropylbetain und Parabenen ist.

In der Dermatologischen Klinik des Universitätsspitals Zürich wurden die *Hamamelis*-Produkte Erol® energy Shampoo und Hair Tonic in einem Zeitraum von 6 Monaten (Oktober 2009 bis März 2010) im Rahmen einer Anwendungsbeobachtung an Patienten abgegeben, die über subjektive Reizerscheinungen der Kopfhaut klagten (mit oder ohne objektivierbare Veränderungen wie Rötung, Schuppung, Papeln und Exkoriationen). Viele Patienten hatten zuvor bereits ohne Erfolg verschiedene Medizinalshampoos, vornehmlich gegen Seborrhö und Schuppen, sowie kortikosteroidhaltige Externa eingesetzt. Die Mehrzahl der Patienten berichtete nach einer Anwendungszeit von 4 Wochen über eine Besserung der subjektiven Reizerscheinungen, wobei sie nach der Anwendung beide Präparate als gleich gut bis ausgezeichnet verträglich einstufen. Insgesamt war die Mehrzahl der Patienten mit den Produkten zufrieden.

Die dokumentierte Wirksamkeit ist vornehmlich auf *Hamamelis virginiana* zurückzuführen. Hauptwirkstoffe sind die in *Hamamelis* enthaltenen Flavonoide und Tannine, die eine natürliche Quelle von Antioxidanzien und Radikalfängern darstellen (6). Die im Erol® energy Hair Tonic zusätzlich enthaltenen pflanzlichen Inhaltsstoffe fördern den Stoffwechsel und die Durchblutung (Rosmarin, Acker-Schachtelhalm), hemmen das Wachstum von Propionibakterien (Rosmarin), sind gegen Schuppen wirksam (Rosmarin), stärken das Bindegewebe (Acker-Schachtelhalm) und regen das gesunde Haarwachstum an (Birke, Brennessel).

Tabelle:

Aus Hamamelis gewonnene Arzneidrogen und ihre Verwendung

Arzneidroge	Herstellung	Inhaltsstoffe	Verwendung
<i>Hamameliswasser</i> (<i>Hamamelidis aqua</i>)	Wasserdampfdestillat der frisch geschnittenen oder teilweise getrockneten Zweige bzw. Blätter	Ätherisches Öl	Einsatz zur Wundbehandlung und in der Kosmetik
<i>Hamamelisrinde</i> (<i>Hamamelidis cortex</i>)	Wasserdampfdestillat der getrockneten, zerkleinerten Rinde der Stämme und Zweige	Gerbstoffe (ca. 8–12 %), wie zum Beispiel Hamamelitannin und freie Gallussäure, ausserdem ätherisches Öl, Ellagitannin und Flavonglykoside	Verwendung bei Zahnfleisch- und Mundschleimhautentzündungen sowie leichten Hautverletzungen, Hämorrhoiden und Krampfadernbeschwerden. Bestandteil von zahlreichen Cremes, Salben und anderen Arzneifertigpräparaten
<i>Hamamelisblätter</i> (<i>Hamamelidis folium</i>)	Wasserdampfdestillat der getrockneten Hamamelisblätter	Gerbstoffe (ca. 3–8 %), besonders Hamamelitannin sowie einfache und oligomere Proanthocyanidine, ätherisches Öl (lonon, Safrol), Flavonoide und Kaffeesäurederivate	Verwendung bei leichten Hautverletzungen, lokalen Entzündungen der Haut und Schleimhäute, Hämorrhoiden und Krampfadernbeschwerden

In der Dermatologischen Praxis und im Haarcenter Professor Trüeb wurde Erol® energy Shampoo im Zeitraum zwischen August 2010 und Dezember 2013 an 1373 Patienten (1233 Frauen und 140 Männer) zur Behandlung der reizbaren Kopfhaut oder als Begleitbehandlung einer Minoxidil-Therapie bei androgenetischer Alopezie mit Erfolg abgegeben. 369 (26,9%) bezogen das Erol® energy Shampoo in diesem Zeitraum mehr als einmal.

Die Lokalanwendung topischer Minoxidil-Produkte (2 bis 5%) in einer alkoholisch-wässrigen Grundlage zur Behandlung der androgenetischen Alopezie führt erfahrungsgemäss häufig zu Irritationserscheinungen der Kopfhaut, die sich negativ auf die Patientencompliance auswirken können. Vielfach werden die Beschwerden der Patienten und die Rötung der Kopfhaut als seborrhoisches Ekzem fehlinterpretiert und mit irritierenden Antischuppen-Shampoos oder topischen Kortikosteroiden in alkoholischer Grundlage (Scalp Applications) behandelt, was die Problematik nur weiter zuspitzt. Als Begleittherapie zur topischen Minoxidil-Therapie bei androgenetischer Alopezie eignet sich jedoch eine reizarme Shampoobehandlung auf der Basis von Hamamelis.

Fazit für die Praxis

Die Wahl geeigneter Haarpflegeprodukte stellt einen wichtigen Aspekt im Behandlungsplan der empfindlichen Kopfhaut dar. Bei der Haarwäsche als häufigster Form der Kopfhaut- und Haarbehandlung hat das Shampoo mehr zu leisten als nur zu reinigen. Es sollte auch auf die Bedürfnisse der ver-

schiedenen Haarqualitäten, das Alter und die individuellen Waschgewohnheiten zugeschnitten sein. Besonders sollte es die Probleme der Kopfhaut positiv beeinflussen. ❖

Prof. Dr. med. Ralph M. Trüeb

Dermatologie und Venerologie FMH

Allergologie und klinische Immunologie FMH

Lasertherapie FMCH

Dermatologische Praxis und Haarcenter Professor Trüeb

Zentrum Wallisellen, Bahnhofplatz 1A, 8304 Wallisellen

Tel. 044 832 58 58, Fax 044 832 58 59

E-Mail: r.trueeb@derma-haarcenter.ch

Internet: www.derma-haarcenter.ch

Interessenkonflikte: Consulting-Aktivität für die Firma Apomedica.

Referenzen:

1. Oberholzer PA et al.: Red scalp disease – a rosacea-like dermatosis of the scalp? Successful therapy with oral tetracycline. *Dermatology* 2009; 219: 179–181.
2. Trüeb RM: Is androgenetic alopecia a photoaggravated dermatosis? *Dermatology* 2003; 207: 343–348.
3. Bahta AW et al.: Premature senescence of balding dermal papilla cells in vitro is associated with p16(INK4a) expression. *J Invest Dermatol* 2008; 128: 1088–1094.
4. ICD-10: Z70-Z76 auf DIMDI.
5. Pschyrembel W: *Pschyrembel Naturheilkunde und alternative Heilverfahren*, 3. Auflage. De Gruyter, Berlin 2006, ISBN 3-11-018524-5.
6. Reuter J et al.: Which plant for which skin disease? Part 2: Dermatophytes, chronic venous insufficiency, photoprotection, actinic keratoses, vitiligo, hair loss, cosmetic indications. *J Dtsch Dermatol Ges* 2010; 8: 866–873.

Erstpublikation in SZD 3/2014.