



## HAUT UND PSYCHE

# Atopische Dermatitis

## DIE BEDEUTUNG PSYCHISCHER ASPEKTE



Interview mit PD  
Dr. Peter Schmid-Grendelmeier,  
Leiter der Allergiestation,  
Dermatologische Klinik,  
UniversitätsSpital Zürich

*Es ist bekannt, dass Stress ein Provokationsfaktor der atopischen Dermatitis sein kann. Zugleich stellt diese häufige Hauterkrankung für Betroffene und ihre Umgebung eine enorme psychische Belastung dar.*

*Wie wird die Lebensqualität von Neurodermitispatienten eingestuft?*

Bei der atopischen Dermatitis handelt es sich um diejenige Hauterkrankung mit der höchsten Einbusse an Lebensqualität. Sie wird von den Patienten als schwerwiegender eingestuft als Psoriasis oder Hautkrebs. Nicht nur die chronische, schon im Säuglingsalter auftretende Erkrankung selbst, sondern auch der oft fast unerträgliche Juckreiz ist sehr belastend und kann zur Beeinträchtigung von Schul- oder Arbeitsleistungen und zu Schwierigkeiten im sozialen Umfeld führen. Da die atopische Dermatitis eine der häufigsten Hauterkrankungen ist – es sind etwa 6 bis 12 Prozent der Kinder und 2 bis 6 Prozent der Erwachsenen betroffen –, hat sie hohe Kosten zur Folge. Auch die krankheitsbedingten Kosten für die Gesamtgesellschaft sind sehr belastend, wobei zwischen direkten und indirekten (Arbeitsunfähigkeitszeiten, Umschulungskosten) sowie intangiblen Kosten unterschieden wird. Letztere beziehen sich zum Beispiel auf die Lebensqualität, Erfolg in der Berufswahl und am Arbeitsplatz und sind schwierig einzuschätzen.

*Welche Rolle spielt Stress bei dieser Hautkrankheit?*

Einerseits hat emotionaler Stress einen wichtigen Einfluss auf die Exazerbation der atopischen Dermatitis. So gibt es

zum Beispiel Studien, die zeigen, dass der Juckreiz stark belastungsabhängig ist. Neben Hautirritanzien, Infektionen, Umwelttoxinen und Allergenen gilt Stress als relevanter Provokationsfaktor in der Pathophysiologie der atopischen Dermatitis. Andererseits erzeugt die Erkrankung selbst sehr viel Stress, insbesondere durch den Juckreiz, der beispielsweise nachts nicht schlafen lässt.

Zum Thema Stress als Provokationsfaktor haben Prof. Thomas Werfel und Mitarbeiter psychoneuroimmunologische Parameter untersucht. Es konnte gezeigt werden, dass psychologischer Stress bei Neurodermitispatienten zur Entzündung der Haut beitragen kann. Es wurde ein Anstieg von eosinophilen Granulozyten und T-Lymphozyten beobachtet. Zusätzlich ändert sich unter Stress das Zytokin- und Hormonprofil mit einer reduzierten Freisetzung von Kortisol im Vergleich zu Gesunden.

Mit dem Ziel, dem Patienten bei der Stressbewältigung zu helfen, wurde an der Abteilung für klinische Psychologie des UniversitätsSpitals Zürich unter unserer Mithilfe eine Dissertation (I. Knafka) geschrieben. Diese befasste sich mit verhaltensmedizinischen Massnahmen wie Neurodermitisschulung, Entspannungs- und Biofeedbacktrainings als wichtiger Ergänzung zur dermatologischen Behandlung der atopischen Dermatitis. Es ging darum, mittels stressentlastender Techniken den Juckreiz-Kratz-Zirkel zu unterbrechen und das automatische Kratzen zu verhindern. Mit dem Erlernen derartiger Kompetenzen konnte eine Verbesserung im Umgang mit den Beschwerden, eine Reduktion des Juckreizes und eine Änderung im Kratzverhalten erzielt werden.

*Durch juckreizbedingte Schlafstörungen wird oft das Familienleben sehr stark beeinträchtigt. Wie helfen Sie Eltern mit betroffenen Säuglingen und Kleinkindern?*

In Zusammenarbeit mit der «aha!» bieten wir Elternschulungen an. Die Kurse werden an fünf Abenden mit jeweils vier bis sechs Elternpaaren von einem interdisziplinären

Team aus den Bereichen Medizin, Psychologie und Ernährung geleitet. Betroffene Eltern erhalten nicht nur Einblick in die medizinischen Aspekte der Krankheit, sondern es werden auch Bewältigungsstrategien für den Alltag aufgezeigt. So kann zum Beispiel Stress beim Einschlafen durch Rituale wie eine Gutenachtgeschichte oder Massieren abgebaut werden. Ebenso werden Themen wie angepasste Ernährung und Hautpflege aufgegriffen. Die Eltern werden auch informiert, wie und wo sie erholsame Ferien verbringen können. Neben den vielen praktischen Tipps profitieren die Teilnehmer dabei vom Austausch mit anderen Betroffenen. Es ist sehr wichtig, dass man Eltern von Schuldgefühlen befreit. Wir stellen fest, dass viele Eltern verunsichert sind. Meist tragen die gut gemeinten Ratschläge von Freunden und Bekannten oder die vielen Informationsangebote zur Verunsicherung über die Therapie und Ernährung bei.

### **Benötigen Neurodermitis-Sprechstunden besonders viel Zeit?**

Genügend Zeit bei einer Konsultation einzuplanen, ist für beide Seiten lohnend. Zudem ist die atopische Dermatitis eine ausgesprochen individuelle Erkrankung, deren Ursachen von einem Betroffenen zum anderen stark variieren können. Es braucht meist sowohl vonseiten der Betroffenen als auch vom Behandelnden einiges an Geduld und Frustrationstoleranz. Oft hat der Patient vielfältige Fragen. Je besser er über Ursachen, Hautpflege und Behandlung informiert ist, umso besser kann er mit der Krankheit umgehen.

### **Wie lässt sich die Phobie gegenüber Kortikostereoiden erklären? Wie begegnen Sie diesem Problem im Patientengespräch?**

Diese Angst ist auf fehlerhafte Informationen bezüglich des Nebenwirkungsspektrums der topischen Kortikosteroide zurückzuführen. Insbesondere werden sie mit systemischen Steroidpräparaten verwechselt. Topische Präparate weisen geringe potenzielle Nebenwirkungen wie etwa Hautatrophie oder das Auslösen von Rosazea-ähnlichen Hautveränderungen auf. Steroidpräparate der neueren Generation zeigen diese Nebenwirkungen allerdings nur noch in sehr geringem Ausmass und werden in vielen Fällen auch kaum systemisch resorbiert. Durch eine vertrauensvolle Arzt-Patienten-, bei Kindern Arzt-Eltern-Beziehung kann die Glukokortikoid-Angst deutlich gemindert und die Compliance verbessert werden. Wichtig ist, dass diese Therapeutika gezielt eingesetzt werden.

### **Welchen Einfluss haben topische Immunmodulatoren auf die Lebensqualität? Ist durch die Warnhinweise der FDA eine Verunsicherung der Patienten zu spüren?**

Es konnte gezeigt werden, dass eine konsequente und gezielte Anwendung topischer Immunmodulatoren die

### Informationen zu Neurodermitis-Elternschulungen:

#### **aha! Schweizerisches Zentrum für Allergie, Haut und Asthma**

Gryphenhübeliweg 40, Postfach 378, 3000 Bern 6

Tel. 031-359 90 00, Fax 031-359 90 90

E-Mail: [info@ahaswiss.ch](mailto:info@ahaswiss.ch), Internet: [www.ahaswiss.ch](http://www.ahaswiss.ch)

Lebensqualität deutlich verbessert, vergleichbar mit den Steroiden. Im März dieses Jahres hat die FDA angekündigt, dass sie bei den topischen Immunmodulatoren zur Behandlung der atopischen Dermatitis einen Warnhinweis bezüglich eines möglichen Krebsrisikos hinzufügen will. Dies hat zu einer gewissen Verunsicherung geführt. Die Stellungnahmen der FDA basieren weitgehend auf tierexperimentellen Studien. Die Präparate wurden für Toxizitätsstudien in oraler Form und in deutlich höheren Dosen verabreicht, als sie bei der Behandlung von Menschen üblich sind. Pimecrolimus und Tacrolimus werden jedoch in Form von Cremes oder Salben aufgetragen. Derzeit werden über sieben Millionen Menschen mit diesen Substanzen behandelt, wobei bisher keine gesicherten Hinweise für eine erhöhte Krebsgefahr beim Menschen festgestellt werden konnten. Es sind wenige Einzelfälle von Lymphomen aufgetreten, wobei bei Personen, die mit topischen Calcineurininhibitoren behandelt wurden, die Lymphomrate derzeit jedoch niedriger liegt als in der Allgemeinbevölkerung. Allerdings ist es sinnvoll, dass man diese Medikamente nur so einsetzt, wie sie zugelassen sind.

### **Oftmals wird der Zusammenhang zwischen der atopischen Dermatitis und Nahrungsmittelallergien überschätzt, und es werden unsinnige Diäten eingehalten. Woher kommt das?**

Vor allem bei Erwachsenen wird die Bedeutung von Diäten bei Neurodermitis überschätzt. Es gibt nur wenige Studien, die zeigen, dass Diäten eine Verbesserung ergeben können. Ein positiver Allergietest bezüglich Nahrungsmitteln heisst noch lange nicht, dass dieses Nahrungsmittel oder auch ein Inhalationsallergen einen Einfluss auf die atopische Dermatitis hat. Sicherheit darüber erreicht man nur, wenn das spezifische Allergen ein bis zwei Monate weggelassen wurde und dann tatsächlich eine deutliche Besserung eintritt. Bei Kleinkindern ist die Situation anders. Besteht eine hochgradige Sensibilisierung auf Nahrungsmittel wie Kuhmilch, Hühnerei, Soja, Weizen, Fisch, dann kann dies einen Einfluss auf die Neurodermitis haben. ●

Die Redaktion dankt Herrn PD Dr. med. Peter Schmid-Grendelmeier für das interessante Gespräch.

#### Literatur:

Raap U., Werfel T., Jaeger B. und Schmid-Ott G.: Atopische Dermatitis und psychischer Stress, *Hautarzt*, 2003; 54: 925-929.