

Neurodermitis

Die Neurodermitis (atopische Dermatitis) ist eine chronisch-entzündliche Hauterkrankung, die häufig bereits im Säuglingsalter beginnt. Sie verläuft in Schüben, ist nicht ansteckend und zeigt sich typischerweise durch trockene Haut, Juckreiz und ekzematöse Hautveränderungen. Häufig besteht eine familiäre Veranlagung, oft zusammen mit anderen atopischen Erkrankungen wie Heuschnupfen oder Asthma.

Ursachen und Auslöser

Bei Neurodermitis ist die Hautbarriere gestört. Die Haut verliert schneller Feuchtigkeit, wird empfindlicher und reagiert leichter auf Reize. Beschwerden können sich unter anderem verschlechtern durch:

- Allergene wie Hausstaubmilben, Tierhaare, Pollen oder in Einzelfällen Nahrungsmittel
- mechanische Reize wie kratzende Kleidung, Reibung oder starkes Schwitzen
- Infekte und Hautkeime
- Stress, Schlafmangel und andere Belastungen
- Hitze, trockene Luft oder starke Temperaturschwankungen

Oft lässt sich kein einzelner Auslöser sicher benennen. Wichtig ist deshalb vor allem, die Hautbarriere konsequent zu stabilisieren.

Grundprinzipien der Behandlung

Die Behandlung der Neurodermitis folgt einem klaren Stufenkonzept:

- **Basistherapie:** regelmäßige Pflege zur Stabilisierung der Hautbarriere
- **Schubtherapie:** frühe und ausreichend konsequente Behandlung entzündeter Hautstellen
- **Vorbeugung:** bei häufig betroffenen Arealen kann nach Abheilung eine vorbeugende Behandlung sinnvoll sein

Entscheidend ist ein Behandlungsplan, der im Alltag gut durchführbar ist. Lieber regelmäßig und verlässlich als zu aufwendig und auf Dauer nicht umsetzbar.

Diagnostik

Die Diagnose wird in erster Linie anhand des typischen Hautbildes, des Juckreizes und des schubweisen Verlaufs gestellt. Weitere Untersuchungen sind meist nicht notwendig. Allergietests sind nur in bestimmten Situationen sinnvoll, zum Beispiel bei Verdacht auf eine echte Nahrungsmittelallergie mit rascher Reaktion oder bei anhaltenden Beschwerden trotz guter Behandlung.

Hautpflege im Alltag

Kleidung

- Bevorzugt weiche, luftige Kleidung aus Baumwolle, Seide, Leinen oder Viskose
- Wolle und stark synthetische Stoffe möglichst meiden
- Neue Kleidung vor dem ersten Tragen waschen
- Waschmittel möglichst ohne Duftstoffe verwenden, auf Weichspüler besser verzichten
- Kinder mit Neurodermitis sollten nicht zu warm angezogen werden, da Schwitzen den Juckreiz verstärken kann

Reinigung und Baden

- Duschen oder Baden ist grundsätzlich erlaubt
- Am besten lauwarm und eher kurz, etwa 5–10 Minuten
- Milde, seifenfreie Waschprodukte oder Syndets verwenden
- Die Haut nur vorsichtig trocken tupfen, nicht rubbeln
- Direkt danach eincremen, möglichst innerhalb weniger Minuten

Beispiele für gut verträgliche, seifenfreie Reinigungsprodukte sind zum Beispiel **Lipikar Syndet AP+®**, **Atoderm Gel Douche®**, **Atoderm Huile de douche®** oder **Linola Baby & Kind Duschpflege & Shampoo sensitive®**.

Rückfettende Badezusätze

Ölbäder können die Pflege sinnvoll ergänzen, ersetzen aber nicht das tägliche Eincremen. Je nach Hautzustand können zum Beispiel **Balneum Hermal®**, **Linola® Ölbad**, **Oilatum®** oder bei nässenden Stellen **Tannolact®** hilfreich sein.

Basistherapie und Pflege

Die Basistherapie ist die wichtigste Grundlage der Behandlung. Sie soll die Hautbarriere stärken, Trockenheit vermindern und neue Schübe verhindern.

- Pflegeprodukte regelmäßig 1–2× täglich anwenden
- Auch in beschwerdearmen Phasen konsequent weiterpflegen
- Im Sommer oft eher Cremes oder Lotionen, im Winter eher fettreichere Cremes oder Salben
- Neue Produkte am besten zunächst vorsichtig testen

Häufig verwendete Pflegeprodukte sind zum Beispiel **Sanacutan®**, **Linola Fett®**, **Eucerin AtopiControl®**, **Lipikar®**, **Excipial®** oder **Neuroderm®**.

Harnstoff (Urea) kann ab etwa **6 Jahren** sinnvoll sein, wird aber bei kleineren Kindern oft als brennend oder reizend empfunden.

Stufentherapie der Neurodermitis

Stufe 1: Trockene, empfindliche Haut

→ Konsequente Basistherapie und alltagspraktische Maßnahmen

Stufe 2: Rötung, Juckreiz, beginnende Ekzeme

→ Basistherapie plus entzündungshemmende Behandlung

- früher Einsatz einer geeigneten Creme oder Salbe
- bei Bedarf fett-feuchte Verbände oder kühlende Umschläge
- an empfindlichen Stellen gegebenenfalls nicht-kortisonhaltige Lokaltherapeutika

Stufe 3: Nässende oder stärker entzündete Ekzeme

- eher wasserreichere Grundlagen verwenden
- Schwarztee- oder Gerbstoffumschläge können beruhigend wirken
- bei stärkeren Schüben sind wirksamere antientzündliche Präparate nötig
- bei Verdacht auf zusätzliche Hautinfektion ärztliche Kontrolle

Schubbehandlung: entzündungshemmende Cremes und Salben

Wenn die Haut gerötet, juckend und entzündet ist, reicht Basispflege allein oft nicht aus. Dann kommen zusätzlich entzündungshemmende Lokaltherapeutika zum Einsatz. Dazu gehören vor allem **Kortisoncremes** sowie in bestimmten Bereichen **Calcineurininhibitoren**.

Wichtig ist, Schübe frühzeitig und ausreichend konsequent zu behandeln. Zu kurzes oder zu vorsichtiges Behandeln führt oft dazu, dass die Entzündung rasch wieder aufflammt.

Kortisoncremes: wirksam und bei richtiger Anwendung sicher

Kortisonpräparate zur äußeren Anwendung gehören zu den wichtigsten Behandlungen bei Neurodermitis. Sie lindern Entzündung, Rötung und Juckreiz oft schnell und zuverlässig. Viele Eltern haben Sorge vor Kortison. Diese Sorge ist verständlich, aber häufig größer als das tatsächliche Risiko. Gemeint sind hier **Kortisoncremes zur äußeren Anwendung** und nicht eine dauerhafte innerliche Kortisonbehandlung.

- Moderne Kortisoncremes sind bei richtiger Anwendung in der Regel gut verträglich.
- Sie werden gezielt auf entzündete Hautstellen aufgetragen.
- Problematisch ist vor allem eine langfristige, unkontrollierte Daueranwendung ohne ärztliche Begleitung.
- Ein unbehandeltes Ekzem belastet die Haut oft mehr als eine sinnvoll eingesetzte Kortisontherapie.

Deshalb gilt: **Nicht aus Angst zu spät behandeln, sondern passend und gezielt behandeln.**

Praktische Hinweise zur Anwendung

- Kortisoncremes werden nur auf entzündete Hautstellen aufgetragen.
- Die Behandlung erfolgt in der Regel für einige Tage bis zur deutlichen Abheilung.
- Oft genügt 1× tägliches Auftragen, je nach Präparat und ärztlicher Empfehlung.
- Danach erfolgt der Übergang zurück zur Basistherapie.
- Bei häufig wiederkehrenden Ekzemen kann an einzelnen Stellen auch eine vorbeugende Anwendung 2× pro Woche sinnvoll sein.

Im Gesicht, an den Augenlidern, in Hautfalten, im Genitalbereich und in der Windelregion ist besondere Vorsicht nötig, da die Haut dort empfindlicher ist.

Beispiele für häufig verwendete Kortisoncremes und -salben

- **Hydrocortison** 0,5–1 % bei eher leichteren Ekzemen
- **Prednicarbat** , zum Beispiel als Rezeptur oder Dermatop®
- **Methylprednisolonaceponat** , zum Beispiel Advantan®
- **Hydrocortisonbutyrat** , zum Beispiel Alfason® oder Pandel®
- **Mometasonfuroat** , zum Beispiel Ecural® oder Momegalen®

Welche Wirkstärke geeignet ist, hängt von Alter, Körperstelle und Ausprägung des Ekzems ab.

Nicht-kortisonhaltige entzündungshemmende Cremes und Salben

Für empfindliche Hautbereiche wie Gesicht, Augenlider, Hautfalten oder Genitalbereich können **Calcineurininhibitoren** eine gute Ergänzung oder Alternative sein. Dazu gehören vor allem:

- **Pimecrolimus 1 % (Elidel®)**
- **Tacrolimus 0,03 % (Protopic®)**
- bei älteren Jugendlichen in Einzelfällen auch **Tacrolimus 0,1 % (Protopic®)**
- Sie wirken entzündungshemmend.
- Sie führen nicht zu einer Hautverdünnung.
- Sie eignen sich besonders für empfindliche Areale und bei häufigen Rückfällen.
- Zu Beginn kann ein vorübergehendes Brennen auftreten.

Umschläge und zusätzliche lokale Maßnahmen

Bei stärker entzündeten oder nässenden Hautstellen können ergänzend Umschläge hilfreich sein:

- **Fett-feuchte Verbände** können Juckreiz und Entzündung lindern.
- **Schwarztee-Umschläge** wirken kühlend und leicht austrocknend.
- **Gerbstoffhaltige Präparate** können bei nässenden Ekzemen sinnvoll sein.

Für einen Schwarztee-Umschlag können 2 Teebeutel schwarzen Tee mit einer Tasse kochendem Wasser aufgegossen werden. Nach dem Abkühlen ein sauberes Tuch tränken, 10–15 Minuten auflegen und anschließend wieder eincremen.

Allergietestung und Nahrungsmittel

Allergietests sind bei Neurodermitis nicht routinemäßig bei jedem Kind nötig. Sie sind vor allem dann sinnvoll, wenn der Verdacht auf eine echte Allergie besteht, etwa bei raschen Beschwerden nach dem Essen. Nahrungsmittel sollten nicht ohne klaren Grund dauerhaft weggelassen werden.

Weitere Maßnahmen im Alltag

- bekannte Trigger möglichst meiden
- Nägel kurz halten
- Juckreiz eher durch Kühlen, Klopfen oder Ablenken begegnen als durch Kratzen
- Pflege in feste Routinen einbauen, zum Beispiel nach dem Abendbad
- das Kind altersentsprechend in die Behandlung einbeziehen

Wann sollte weitergehend behandelt oder überwiesen werden?

Wenn die Haut trotz konsequenter Pflege und lokaler Therapie nicht ausreichend besser wird, wenn starke Schlafstörungen bestehen oder die Familie sehr belastet ist, kann eine Mitbeurteilung durch eine dermatologische oder allergologische Fachpraxis sinnvoll sein. Für schwere Verläufe stehen heute weitere spezialisierte Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung.

Zusammenfassung

- Neurodermitis ist häufig und meist gut behandelbar.
- Die Basistherapie mit regelmäßiger Pflege ist der wichtigste Baustein.
- Akute Schübe sollten frühzeitig und ausreichend konsequent behandelt werden.
- Kortisoncremes sind bei richtiger Anwendung eine wirksame und in der Regel sichere Therapie.
- Calcineurininhibitoren sind besonders in empfindlichen Hautbereichen eine wichtige Ergänzung.
- Ein praktikabler Behandlungsplan hilft dem Kind und entlastet die ganze Familie.

Neurodermitisschulungen in Berlin

In Berlin werden altersgerechte Schulungen für betroffene Kinder, Jugendliche und Eltern über den [Förderkreis Patientenschulung im Kinder- und Jugendalter Berlin e. V.](#) angeboten. Die Teilnahme kann helfen, die Erkrankung besser zu verstehen und im Alltag sicherer damit umzugehen.

Viele gesetzliche Krankenkassen übernehmen die Kosten nach vorherigem Antrag. Termine können online gebucht werden: [Neurodermitisschulung Berlin](#).

Entwicklung im Kindesalter

Viele Kinder erleben im Kindergarten- oder Grundschulalter eine deutliche Besserung der Beschwerden. Das ist keine Garantie, aber ein wichtiger Hoffnungsschimmer für betroffene Familien. Eine angepasste Hautpflege bleibt dennoch weiterhin sinnvoll.

Weiterführende Informationen

- [AGNES e. V. – Arbeitsgemeinschaft Neurodermitisschulung](#)
- [AWMF-Leitlinie „Atopische Dermatitis“](#)
- [Deutsche Haut- und Allergiehilfe e. V.](#)
- [BZgA – Kindergesundheit-Info](#)
- [Neurodermitis-Lotse der Techniker Krankenkasse](#)

Sie haben Fragen? Wir beraten Sie gerne persönlich in unserer Praxis. Bei Bedarf arbeiten wir eng mit spezialisierten kinderallergologischen und dermatologischen Fachpraxen zusammen.

Nützliche Links



Förderkreis Patientenschulung im Kinder- und Jugendalter Berlin e. V.

<https://www.patientenschulung-berlin.de/ueber-uns/>



Neurodermitisschulung Berlin

<https://www.patientenschulung-berlin.de/schulung/neurodermitisschulung>



AGNES e. V. – Arbeitsgemeinschaft Neurodermitisschulung

<https://www.neurodermitisschulung.de>



AWMF-Leitlinie „Atopische Dermatitis“

<https://www.awmf.org/leitlinien/detail/II/013-027.html>



Deutsche Haut- und Allergiehilfe e. V.

<https://www.dha-allergien.de/>



BZgA – Kindergesundheit-Info

<https://www.kindergesundheit-info.de/>



Neurodermitis-Lotse der Techniker Krankenkasse

<https://www.tk.de/techniker/service/gesundheit-und-medizin/haut-haare-naegel/neurodermitis-2010278>

Letzte redaktionelle Prüfung am: 17.03.2026.