

## Neurodermitis

Unter Neurodermitis (Synonyme: atopisches Ekzem oder atopische Dermatitis) versteht man eine chronische, von Schüben gekennzeichnete, entzündliche Hauterkrankung. Typisch sind heftiger Juckreiz, Hautrötungen und eine schuppige Haut. Beim Säugling kann die Neurodermitis mit einem Gesichtsekzem, dem so genannten Milchschorf, beginnen. Später befällt das Leiden oft Kniekehlen und Ellenbeugen und kann sich allmählich auf alle Körperregionen ausbreiten. Durch das ständige Aufkratzen der unerträglich juckenden Hautpartien kommt es zu Verkrustungen, die sich immer wieder infizieren.

Die Neurodermitis ist wie die Psoriasis (Schuppenflechte) eine von äußerst vielen inneren und äußeren Ursachen geprägte Krankheit. Daher muss auch die Behandlung der Neurodermitis-Patienten möglichst individuell und ganzheitlich erfolgen. Dabei spielt das Immunsystem (inkl. Darmmilieu!) eine zentrale Rolle. Sowohl Faktoren, die das Immunsystem deregulieren und zu einer geschwächten oder falschen Immunantwort führen, als auch alle Maßnahmen, die das Immunsystem unterstützen und stärken können, sollten im Mittelpunkt einer Neurodermitis-Behandlung stehen (siehe Seite 439).

# Orthomolekulare Prävention und Therapie

Bei der Behandlung von Säuglingen und Kleinkindern sollte nie vergessen werden, das biochemische Profil (z. B. Spurenelement- und Schwermetall-Analyse) und die Ernährung der Mutter während der Schwangerschaft und Stillzeit als Ursache mitzubedenken. Gerade Schwermetalle (z. B. aus Zahnersatzmaterialien) werden in der Schwangerschaft über die Nabelschnur und Plazenta zum diesbezüglich sehr empfänglichen Fötus geleitet und führen beim Neugeborenen zu einer chronisch toxischen Schwermetallbelastung. Stillen scheint das Risiko für Neurodermitis zu reduzieren.

## Ernährungsempfehlungen

Eine große Hilfe beim Herausfinden der nicht verträglichen Lebensmittel bietet der Test auf Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten. Bei diesem umfassenden Bluttest wird zwischen IgE-, IgG- oder IgG4-vermittelten Immunreaktionen differenziert. Auch pollenassoziierte Nahrungsmittelallergien und Inhalations-Allergien können damit erfasst werden.

Eine begleitende oder weiterführende Stuhl Diagnostik kann in vielen Fällen sinnvoll sein. Findet sich z. B. ein hoch positiver IgG- oder IgG4-Antikörpertiter oder liegen sehr starke immunologische Reaktionen vor, liegt der Verdacht auf eine Störung der Darmdurchlässigkeit nahe. Nur eine völlig intakte Darmschleimhaut gewährleistet einen Schutz vor Antigenstress.

Ein gestörter Fettsäure-Haushalt in der Haut – d. h. eine gestörte Produktion der Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA sowie

der Omega-6-Fettsäure GLS (siehe Seite 207) – kann zu Entzündungen und Ekzemen führen.

## Ursachen/Provokationsfaktoren

Schwermetallbelastungen (Quecksilber, Kupfer, Zinn, Blei, Nickel, Cadmium usw.) aus Amalgamfüllungen sowie aus zahlreichen Umweltemissionen

### chronische Aluminiumbelastungen

Darmlieuestörungen (erhöhte Durchlässigkeit des Darmes für Allergene, körperfremde Substanzen und toxische Stoffwechselabbauprodukte; Störungen der bakteriellen Darmbesiedlung)

### veränderte Immunreaktionen

Lebensmittel-Unverträglichkeiten, insbesondere Kuhmilchprodukte, Eier, Weizen, Nüsse, Fruchtsäuren, biogene Amine

Lebensmittel-Zusatzstoffe (Konservierungsmittel, Farb- und Aromastoffe usw.)

Allergene (Gräser, Pollen, Staub, Milben)

Umweltschadstoffe (Pestizide, Insektizide, Holzschutzmittel, Lösungsmittel, Düngemittel usw.)

Klimaeinflüsse (nasskalte Witterung verschlimmert)

Medikamente (Antibiotika, Psychopharmaka, Beta-Blocker, Impfungen usw.)

instabiler Fettsäure- und Histamin-Stoffwechsel

Mineralstoff- und Spurenelementmangel, Vitaminedefizite

psychosomatische Faktoren

Stress

genetische Prädisposition

Die Einnahme von Fischölkapseln während der Schwangerschaft reduziert das Risiko von Allergien und Asthma beim neugeborenen Kind.

### Besondere Hinweise

- Zu Beginn einer Neurodermitis-Therapie sollten, wenn möglich, folgende Abklärungen getroffen werden: umfassende Allergiediagnostik, Stuhlanalytik, Haar-Mineral-Analyse und/oder Schwermetall-Untersuchung im Urin (Dimaval-Schwermetalltest). Bei Belastungszu-
- ständen steht selbstverständlich die Vermeidung der Ursache (Expositionsprophylaxe) und die Schwermetallausleitung (siehe Metallvergiftungen Seite 548) im Vordergrund. Gezielte probiotische und die Darmschleimhaut aufbauende Supplementierungen ergeben sich aus den Ergebnissen der Stuhlanalysen.
- Interessanterweise decken sich nach unseren Erfahrungen die Stoffwechselstörungen der Neurodermitis mit denen von verhaltensauffälligen, hyperaktiven Kindern.

### Nährstoffempfehlungen bei Neurodermitis

Nährstoff	Empfohlene Tagesdosis	Kommentare
Kalzium und Magnesium	500–1200 mg Kalzium und 400 mg Magnesium	Kalzium-Supplemente können die allergischen Reaktionen reduzieren. Bereits geringfügiger Magnesiummangel erhöht die Empfindlichkeit gegenüber Allergien. Basenmischungen können hilfreich sein.
Vitamin-B-Komplex	ausgewogenes Präparat	Sollte mind. 100 mg Pantothensäure für den Aufbau der Darmschleimhaut enthalten.
Vitamin C	1–3 g	Antihistaminicum, reguliert den Fettsäuren-Haushalt.
Vitamin E	400 IE	Antioxidativer Schutz; immunregulierend
Zink	30–60 mg	Antiallergische Wirkung, Immunregulans
Selen	Kinder: 7,5–15 µg/kg Körpergewicht	Studie zeigt nach 3-monatiger Gabe deutliche Besserungen
Glutamin	1,5–3 g	Unterstützt den Aufbau der Darmschleimhaut
Gamma-Linolensäure (GLS)	4–6 Kapseln Nachtkerzenöl (EPO)	Zusammen mit mindestens 100 mg Vitamin E einnehmen.
Omega-3-Fettsäuren	1–1,5 g EPA in Form von Fischölkapseln	Zusammen mit mindestens 100 mg Vitamin E einnehmen.