



## Empfehlungen bei atopischem Ekzem

Liebe Eltern,

Die atopische Dermatitis ist eine chronische, nicht ansteckende Hauterkrankung, die mit trockener, empfindlicher Haut und zeitweise starkem Juckreiz einhergeht. Mit einer geeigneten Hautpflege und einfachen Maßnahmen im Alltag können viele Beschwerden gelindert und Schübe reduziert werden.

### Hautpflege:

- **Die tägliche Basispflege, also das Eincremen mit geeigneten Pflegecremes, ist der wichtigste Bestandteil der Behandlung.**
- Wir empfehlen Ihnen geeignete rückfettende Hautcremes, die individuell auf die Haut Ihres Kindes abgestimmt werden können. Bitte sprechen Sie uns an – wir beraten Sie gerne zu passenden Produkten.
- Nach dem Baden sollte die Haut vorsichtig abgetrocknet werden – idealerweise nur sanft abtupfen, so dass sie noch leicht feucht bleibt. Anschließend sollte sofort eine geeignete Hautpflege aufgetragen werden.
- Zum Baden oder Duschen empfehlen wir die Verwendung eines sensitive Waschgels, das vom Deutschen Allergie- und Asthmabund e. V. (DAAB) empfohlen wird. Vermeiden Sie bitte langes und/oder heißes Baden, hierdurch wird die Haut noch trockener.
- Wenn Sie so vorgehen, kann auch jeden zweiten Tag gebadet oder geduscht werden. Für kleine Kinder reicht in der Regel ein Bad 1–2 Mal pro Woche aus.

### Kleidung:

- Verwenden Sie zum Waschen der Kleidung Ihres Kindes möglichst sensitive Waschmittel. Weichspüler sollte unbedingt verwendet werden – jedoch ausschließlich sensitive Produkte, möglichst solche, die vom DAAB empfohlen werden.
- Sollte Ihre Waschmaschine über die Funktion „extra spülen“ verfügen, können Sie so noch letzte Waschmittelreste entfernen.
- Wenn die Kleidung im Wäschetrockner getrocknet wird, kann auf die Verwendung von Weichspüler verzichtet werden.
-



- Achten Sie darauf, dass Ihr Kind keine zu enge Kleidung trägt. Kleidungsstücke sollten nicht direkt auf der Haut aufliegen, um Reibung und Irritationen zu vermeiden. Im Winter Strumpfhosen zuhause gleich ausziehen.
- Bevorzugen Sie weiche Kleidung aus Baumwolle. Kleidung aus Wolle oder Wollmischungen sollte vermieden werden, da sie die empfindliche Haut reizen kann.

**Sonnenschutz:**

- Ein konsequenter Sonnenschutz ist wichtig: Es können alle Sonnenschutzprodukte verwendet werden, die vom DAAB empfohlen werden. Diese sind in Drogeriemärkten oder in der Apotheke erhältlich und besonders hautverträglich.

Herzliche Grüße

Ihr Praxisteam