

## Allergie und Neurodermitis

PD Dr. Roger Lauener  
Leiter Allergologie, Universitäts-Kinderklinik Zürich

*Neurodermitis* ist eine schubweise verlaufende Krankheit. Bei der Mehrheit der Patienten bricht die Krankheit zum ersten Mal im Säuglings- und Kindesalter durch. Bis zu 15% der Kinder leiden unter dieser Krankheit; das macht die Neurodermitis zu einer der häufigsten Krankheiten im Kindesalter.

Ein anderer Name für Neurodermitis ist *atopische Dermatitis*. Unter Atopie verstehen wir die angeborene Neigung, an Allergien zu erkranken. Tatsächlich haben Kinder, die an Neurodermitis leiden, ein erhöhtes Risiko, später, wenn sie älter werden, an anderen allergischen Erkrankungen zu leiden: ein Asthma oder Heuschnupfen kann sich entwickeln. Obwohl Neurodermitis zu den allergischen Krankheiten gehört, können wir nicht bei allen Kindern, die an Neurodermitis leiden, eine Allergie nachweisen: dies gelingt nur bei ungefähr einem Drittel dieser Kinder. Bei der Mehrheit der kleinen Patientinnen und Patienten bleiben die entsprechenden allergologischen Untersuchungen also unergiebig.

Soll man bei Säuglingen und Kindern trotzdem nach Allergien suchen? Wir meinen ja: bei den Kindern, bei denen eine Allergie zur Neurodermitis beiträgt, kann man nach einer allergologischen Abklärung gezielte Massnahmen ergreifen. Es geht darum, durch Meiden der allergischen Auslöser die Hautentzündung nicht zusätzlich anzuheizen; dem Kind geht es besser, und oft braucht es auch weniger entzündungshemmende Medikamente. Eine allergologische Abklärung kann sich für Eltern aber auch als sehr hilfreich erweisen, wenn sie unauffällig ausfällt: dann kann nämlich z.B. auf unnötige Diäten verzichtet werden, die ja im Alltag oft eine grosse Belastung für die Familie darstellen.

### *Allergologische Abklärungen: Wie und wann?*

Im Blut kann man untersuchen, ob allergieauslösende Stoffe (sogenannte IgE, das heisst Immunglobuline vom Typ E) gegen bestimmte Stoffe vorhanden sind. Hierzu muss man etwas Blut entnehmen. Wenn man mehrere Stoffe testen will, reicht ein „Fingerpieks“ (kapilläre Blutentnahme) in der Regel nicht aus, sodass man Blut aus einer Vene entnehmen muss (meist in der Ellenbeuge oder am Handrücken). Dank speziellen Pflastern, die man 30 - 60 Minuten vorher aufklebt und die die Haut schmerzunempfindlich machen, geht das auch bei Kindern gut. Eine Alternative ist, einen Tropfen der Substanzen, die man als Allergieauslöser verdächtigt, auf die Haut zu geben und dann mit einem kleinen „Stempel“ in die oberste Hautschicht zu drücken (sogenannter Pricktest). Eine allergische Reaktion zeigt sich als kleine, eventuell etwas juckende Schwellung. Gelegentlich hört man, dass Allergieteste erst beim grösseren Kind möglich seien. Das stimmt nicht, Allergieteste sind in jedem Alter, ab Geburt, möglich. Selbstverständlich wird man diese Tests aber nur durchführen, wenn ein begründeter Verdacht besteht, dass eine Allergie tatsächlich zur Krankheit beiträgt.

Ganz wichtig ist auch zu wissen, dass nicht jede Substanz, die in einem Allergietest ein positives Ergebnis ergibt, für die Krankheit tatsächlich eine Rolle spielt. Manchmal zeigt ein positives Testergebnis nur an, dass der Körper des Patienten auf eine Substanz reagieren *könnte*; der Patient erträgt diese Substanz aber völlig problemlos. Man muss sich also hüten, aus Allergietesten falsche Schlüsse zu ziehen. Testergebnisse müssen immer individuell beurteilt werden. Nur so kann man dem einzelnen Patienten, dem einzelnen Kind gerecht werden. Die Beobachtungen, die Sie als Patient oder als Eltern über mögliche Auslöser der Neurodermitis gemacht haben, sind bei der Beurteilung der Testresultate für Ihre Ärztin / Ihren Arzt sehr wichtig.

Manchmal sind weitergehende spezielle Abklärungen nötig um zu klären, ob eine bestimmte Substanz tatsächlich zur Neurodermitis beiträgt oder nicht. Solche Untersuchungen können darin bestehen, dass man die verdächtige Substanz auf einem Pflaster auf die Haut (meist am Rücken) klebt und nach 24 - 48 Stunden die Hautreaktion unter dem Pflaster beurteilt (Atopy Patch Test). Gelegentlich sind auch sogenannte Provokationsteste notwendig: dabei wird dem Patienten die Substanz, die man als Allergieauslöser verdächtigt, verabreicht - dies muss natürlich unter intensiver Kontrolle geschehen, damit man bei ersten Anzeichen einer Reaktion sofort handeln kann!

#### *Welche Allergien spielen bei der Neurodermitis eine Rolle?*

Im Säuglings- und Kleinkindesalter sind vor allem Nahrungsmittel wichtig: Kuhmilch, Hühnerei, gelegentlich Weizen, Fisch oder Soja. Aber auch andere Allergien, wie z.B. gegen Hausstaubmilben können zu einer Neurodermitis beitragen.

#### *Vorbeugende Massnahmen im Säuglingsalter:*

Das Immun- und Verdauungssystem ist im Säuglingsalter noch nicht ganz ausgereift. Im ersten Lebensjahr können gegen Nahrungsmittel, die über den Darm aufgenommen werden, Allergien entstehen. Nach dem Säuglingsalter, wenn der Darm und das Immunsystem besser ausgereift sind, geschieht dies nur noch in ganz wenigen Ausnahmefällen. Deshalb ist die Ernährung im ersten Lebensjahr auch im Zusammenhang mit Allergien besonders wichtig. Das erste Lebensjahr ist eine Zeit, in der auch bezüglich der Entstehung von Allergien entscheidende Weichen gestellt werden. Vorbeugende Massnahmen sind in diesem Alter deshalb ganz besonders wichtig.

#### *Welche allgemeingültigen Massnahmen sind bei einem Kind mit Neurodermitis empfehlenswert?*

*Ernährung:* Stillen, idealerweise für 4 - 6 Monate. Wenn nicht möglich: hypoallergene Säuglingsmilchpräparate. Beikost eher etwas verspätet einführen, also ab vollendetem 4. bis 6. Monat. Im ersten Lebensjahr meiden von Ei, Fisch, Kuhmilch, Kiwi. Nüsse und Erdnüsse sollten in den ersten 3 Lebensjahren gemieden werden. Kuhmilchprodukte (Quark, Joghurt) können bereits nach 10 Monaten gegeben werden.

Wenn eine allergologische Abklärung ergeben hat, dass ein Nahrungsmittel die Neurodermitis verschlimmert, muss dieses Nahrungsmittel natürlich gemieden werden. Stillen ist aber - von ganz, ganz seltenen Ausnahmen abgesehen- in den ersten Lebensmonaten immer empfehlenswert. Die schwangere Frau und stillende Mutter soll keine Diät machen - das könnte für sie selbst und ihr Kind zu gefährlichen Mangelserscheinungen führen.

*Hausstaubmilben* sind wichtige Auslöser von Allergien und können nicht nur Asthma verursachen, sondern auch eine Neurodermitis verschlimmern. Es ist deshalb vernünftig, bereits vorbeugend, wenn noch keine Allergie gegen Hausstaubmilben besteht, im Kinderzimmer Bedingungen zu schaffen, die der Verbreitung von Hausstaubmilben entgegenwirken. Wir empfehlen: Kinderzimmer nicht überheizen (18 - 20 Grad), mehrmals täglich kurz lüften (gegen die Feuchtigkeit). Möglichst wenige Plüschtiere im Bett des Kindes, „Staubfänger“ im Kinderschlafzimmer möglichst reduzieren. Dies sind Massnahmen zur Vorbeugung. Wenn Ihr Kind (oder Sie selbst) bereits eine Allergie gegen Hausstaubmilben haben, sind weitergehende Massnahmen nötig, die Ihre Ärztin / Ihr Arzt mit Ihnen besprechen wird.

*Haustiere:* Ein schwieriges Thema. Früher hat man allen Familien mit Allergikern kategorisch empfohlen, auf Haustiere zu verzichten. Ob das wirklich in allen Fällen sehr viel zur Vorbeugung beiträgt, ist nicht mehr so klar. Wir empfehlen aber nach wie vor keiner Familie mit Allergikern, sich ein Haustier neu anzuschaffen. Das Risiko ist nämlich gross, dass der Allergiker gegen dieses Haustier mit der Zeit allergisch reagiert, und dann bleibt keine andere Wahl, als das Haustier wieder wegzugeben - was oft sehr schwierig ist. Ob man hingegen ein

Haustier, das bereits seit langem in der Familie ist, rein vorbeugend weggeben soll, wenn (noch) niemand gegen dieses Haustier allergisch ist - darüber gehen die Meinungen auseinander. Wahrscheinlich kann man in solch einer Situation auch erst einmal abwarten.

*Rauchen:* Es wird viel über Umweltverschmutzung und Nahrungsmittelzusätze diskutiert als mögliche Auslöser von Allergien. Die bei weitem häufigste und gerade für die Kinder gefährlichste Form der Umweltverschmutzung geht dabei oft vergessen - das Rauchen. Gönnen Sie es Ihren Kindern, in einer rauchfreien Umgebung aufzuwachsen.

*Wie verlaufen Allergien im Kindesalter:*

Zum Glück verliert sich ein Grossteil der Nahrungsmittelallergien im Laufe des Kindesalters. Bis zum Eintritt in den Kindergarten haben 4 von 5 Kindern, die als Säuglinge eine Nahrungsmittelallergie hatten, diese Allergie verloren. Für das einzelne Kind kann man aber den Verlauf nicht sicher vorhersagen. Um zu vermeiden, dass man unnötig aufwendige Massnahmen (wie z.B. eine Diät) durchführt, wenn die entsprechende Allergie gar nicht mehr für das Kind von Bedeutung ist, empfehlen wir, die allergologische Untersuchung von Zeit zu Zeit zu wiederholen.

Bei jedem Patienten, jedem Kind mit Allergien und mit Neurodermitis verläuft die Krankheit etwas anders. Das hier Geschriebene ist deshalb nur als allgemeine Orientierungshilfe zu verstehen. Abklärungen, vorbeugenden Massnahmen und Behandlungen müssen immer individuell auf den einzelnen Patienten, auf das einzelne Kind abgestimmt sein, um Erfolg haben zu können.