

Die Prädilektionsstellen der Neurodermitis finden sich in folgenden Hautarealen:

- Gesicht,
- Hals,
- Nacken bzw. oberer Rücken,
- Dekolleté,
- Schultern,
- Armbeugen,
- Hände.

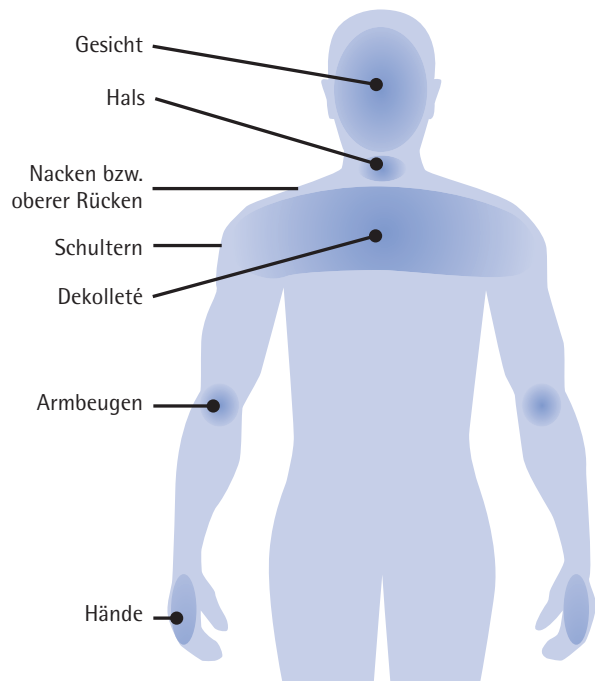


Abb. 3: Prädilektionsstellen der Neurodermitis

• *Lidekzem*

Damit ist der obere Pol der menschlichen Gestalt betroffen mit seiner Nähe zum zentralen Nervensystem und den größten und wichtigsten Sinnesorganen. Das Lidekzem in der Nachbarschaft des Auges ist eine typische Lokalisation der Neurodermitis. Das

Auge ist das wichtigste Sinnesorgan des Menschen. (Deswegen haben in der ärztlichen Diagnostik die bildgebenden Verfahren einen so hohen Stellenwert!) Eine Überlastung der Augen, die bei der heutigen Reizüberflutung leicht auftreten kann, führt, bildhaft ausgedrückt, zu einem zu großen und breiten Lichtstrom durch das Tor der Augen in den menschlichen Organismus, sodass die Nachbarschaft der Augen „verbrennt“. Imaginativ handelt es sich also beim Lidekzem um eine „Lichtverbrennung“; meistens ist Stress die Ursache. Dieser führt zu einem verstärkten direkten Eingreifen des Astralleibs in die Physis durch das Licht.

• *Beugenekzem*

Das typische Beugenekzem ist häufig in den Armbeugen, seltener in den Kniebeugen lokalisiert. Die Beugen der Extremitäten sind sensibel und verletzlich und bedürfen des Schutzes vor der Einwirkung von Fremdkräften aus der Umgebung. Die verstärkte Tätigkeit des Nerven-Sinnes-Systems beim Atopiker mit dem forcierten zentripetalen Einwirken von Umkreisräften hat besonders im Bereich der Beugen seine Auswirkung. Hier ist die Haut so zart, dass beispielsweise bisher noch nicht benutzte Externa hier auf Verträglichkeit geprüft werden können. Während das Ekzem in den Armbeugen sich durch Stress verschlechtert, reagiert das Ekzem der Kniebeugen auf die Ernährung. Das Beugenekzem an den Armen zeigt also mehr einen Nerven-Sinnes-Bezug, an den Beinen mehr einen Stoffwechselbezug.

• *Handekzem*

Das neurodermitische Handekzem wird verständlich aus der intensiven nervalen Versorgung der Hände. Der Astralleib ist hier ähnlich intensiv wahrnehmend tätig wie im Kopfbereich. So kann das Tastempfinden der Fingerbeeren bei Blinden die Aufgabe des Sehens übernehmen. Ähnlich dem Antlitz des Menschen gestaltet die Ich-Organisation hier die Physis bis ins Feinste durch, indem sie das Leistenmuster der Fingerbeeren schafft. (Dies ist bekanntlich individuell gestaltet und daher kriminalistisch interessant.) Kurz gesagt gehören die Hände zum oberen Menschen und sind geprägt

durch das Nerven-Sinnes-System; mit unseren zehn Fingerbeeren haben wir also sozusagen nochmals zehn Köpfe zusätzlich.

- *Frühkindliche Neurodermitis*

Das Erscheinungsbild der frühkindlichen Neurodermitis ist in gewisser Weise polar zu demjenigen im Erwachsenenalter. Es findet sich der Milchschorf am Capillitium, nicht selten feucht mit dicken, gelblichen, oft fest haftenden Schuppen. Der Milchschorf kann auf Stirn und Wangen übergehen und stark jucken. Bei Fortschreiten der Entzündung sind die Streckseiten der Extremitäten befallen bis zur Generalisation; die Hautentzündung ist oft feucht. Mit dem Befall von konvexen Flächen am Kopf sowie an den Streckseiten der Extremitäten tritt die zentrifugale Kraft des Blutes in Erscheinung, die über die Körpergrenze hinausdrängt. Es entsteht der „Aus-schlag“, der von innen nach außen schlägt. Hierin und auch im Nässen der Ekzemflächen offenbart sich die starke Vitalität und Wachstumskraft des Säuglings.

- *Lichenifikation, Prurigiform*

Zeigt die frühkindliche Neurodermitis temporär das Bild der Auflösung, so überwiegt beim Erwachsenen die Verhärtung der betroffenen Hautareale. Chronische Formen der Neurodermitis zeigen oft das Bild der Lichenifikation (wörtlich übersetzt: „Verflechtung“). Es handelt sich um eine umschriebene, flächenhafte Verdickung der Haut mit einer Vergrößerung der Oberflächenfelderung und Verminderung der Elastizität sowie einer Vertiefung der Hautfurchen. Die chronische Entzündung führt hier zur Verhärtung, zur elefantenartigen Verdickung, zum Panzer. – Punktuell treten Verhärtungstendenzen in der Prurigopapel in Erscheinung: Dies sind disseminiert auftretende, hyperkeratotische Knötchen, die über lange Zeit an derselben Stelle bestehen und intensiv jucken. Man spricht auch von der Prurigiform der Neurodermitis.

1.6 Hauptsymptom Juckreiz

Das Hauptsymptom der Neurodermitis ist der Juckreiz, der für den Patienten am quälendsten ist. Versucht man das Phänomen des Juckreizes menschenkundlich zu begreifen, kann man von dem Insekt ausgehen, das sich auf die Haut setzt, krabbelt oder gar sticht oder beißt. Die Fremdastralität erzeugt Juckreiz; der Mensch möchte dieses plötzliche Mehr an Astralität wegschaffen und kratzt. Beim neurodermitischen Juckreiz ist es nun so, dass das Zuviel an Astralität in der Peripherie aufgrund einer konstitutionellen Schwäche auftritt. Das Ich kann dieser Astralität nicht Herr bleiben bzw. werden. Der Astralleib bekommt ein zu starkes Eigenleben. Interessant ist, dass der Juckreiz während einer Tätigkeit, z.B. Autofahren, nachlässt. Dann ist der Astralleib in der Sinnestätigkeit gebunden. Demgegenüber ist er abends nach der Arbeit, in der Entspannungsphase, wieder ungehemmt tätig: Jetzt hat der Juckreiz sein Maximum. Das Jucken und das damit verbundene Kratzen treten oft schubweise auf und verbinden sich mit un gelenkten Seelenregungen wie Ungeduld, Aggressivität, Lust. Die Juckreizattacken können regelrechte Kratzorgien auslösen. Das Kratzen soll das Zuviel an Astralität wegschaffen, was natürlich nicht möglich ist. Stattdessen wird die Epidermis weggekratzt, und es entsteht die Exkoration. Dadurch wird der Juckreiz gegen den Schmerz ausgetauscht; der besser zu ertragen ist als der Juckreiz. Beim gesunden Menschen beherrscht das Ich den Astralleib. Im Juckreiz ist der Astralleib dem Ich entglitten, im Schmerz wird er dem Ich wieder zugänglich.

- Wichtig sind auch eine ausgewogene Ernährung mit Nahrungsmitteln aus der biologisch-dynamischen Landwirtschaft und der konsequente Abbau von Übergewicht.
- Kfz-Emissionen und andere Feinstaubbelastungen wirken ungünstig und sollten gemieden werden.
- Antibiotika und Antipyretika sollten, wenn irgend möglich, umgangen werden. Wenn fieberhafte Infekte der oberen Luftwege, von denen acht pro Jahr zur Norm gehören, durch Ansprechen der Selbstheilungskräfte gelenkt und zur Abheilung gebracht werden, bedeutet das immer auch eine Minderung der atopischen Diathese. Eine unspezifische Immunmodulation ist anzunehmen bei:
 - Aufwachsen auf einem Bauernhof,
 - Besuch einer Kindertagesstätte in den ersten zwei Lebensjahren,
 - einer größeren Anzahl älterer Geschwister.
 Interessant ist, dass in einer Studie festgestellt wurde, dass das Leben auf dem Bauernhof seine intensivste „antiallergische Wirkung“ entfaltet, wenn die Kinder täglich (z.B. zum Füttern und Melken) mit in den Stall genommen werden. Das weist darauf hin, dass sich in der Auseinandersetzung mit Alltagskeimen das Abwehrsystem in gesunder Weise ausbildet. Dadurch ist das Immunsystem am richtigen Ort tätig und nicht am falschen Ort (a-topos), wie bei der Atopie.
- Die Waldorfpädagogik in Kindergarten und Schule wirkt antiallergisch. Sie spricht das Kind seinem Wesen gemäß an und verbindet das Nerven-Sinnes-System mit dem Stoffwechsel-Gliedmaßen-System, sodass sich die Kräfte beider Pole des Organismus intensiv verbinden können.

1.14 Therapie

Aus den beschriebenen Zusammenhängen zwischen der Neurodermitis mit ihren Hautsymptomen und dem ganzen Organismus bis hin zur Persönlichkeit des Betroffenen wird deutlich, dass Heilmittel primär von innen ansetzen müssen. Für den nachhaltigen Heilerfolg ist also in erster Linie die innerliche anthroposophisch-medikamentöse Therapie erforderlich. Die externe Therapie der Haut bildet mit ihrer lindernden und pflegenden Wirkung das zweite Standbein der Behandlung. Äußerliche Maßnahmen wirken eher symptomatisch und vermögen dem subjektiven Leiden an der entzündeten Haut wie Juckreiz, Brennen und Schmerz die Spitze zu nehmen. Im Folgenden soll zunächst die interne medikamentöse Therapie der Neurodermitis beschrieben werden, dann die externe Therapie, anschließend werden Richtlinien für die Ernährung, Möglichkeiten der Klimatherapie, der Kunsttherapie, der Heileurythmie und der Selbsterziehung erläutert.

1.14.1 Interne medikamentöse Therapie

- *Metalltherapie*

Die Beschreibung der Neurodermitisbehandlung mit Heilmitteln von innen soll mit der Metalltherapie beginnen. Das wichtigste Metall für die Behandlung der Neurodermitis ist das Silber. Das Silber ist der Repräsentant der Mondenkräfte auf der Erde. Der Zusammenhang des Mondes mit der Haut wird anschaulich im Lunarrhythmus, der der epidermalen Regeneration zugrunde liegt: Von der Teilung eines Keratinoblasten im Stratum basale bis zum Verlassen des abgestorbenen Keratinozyten auf der Oberfläche des Stratum corneum dauert es 28 Tage. Argentum ist verbunden mit den

Aufbaukräften; es ist indiziert, „wenn die Aufbaukräfte überwältigt werden von den Abbaukräften“ (Steiner. GA 316: 125). Es sind gerade das Silber und die Silberverbindungen, die den Astralleib und die Ich-Organisation aus dem Stoffwechsel-Gliedmaßen-System her austreiben (Steiner. GA 319: 188). Damit kompensiert das Silber das der Neurodermitis zugrunde liegende zu starke, abbauende Eingreifen der oberen Wesensglieder im Hautorgan.

Im Erwachsenenalter gibt man

- | | |
|---|---|
| ■ <i>Argentum met. praep.</i> D6 Trituration (Weleda) | 3 x 1 Msp. v. d. E.
oder auch nur 1 Msp. abends. |
|---|---|

Argentum bewirkt zudem die Ausheilung von Schockfolgen; es ist indiziert, wenn „einem der Schreck in den Gliedern sitzt“ und bewirkt, dass er wieder „herausfährt“. Der übermäßig starke Ein-druck wird durch die Kräfte des Silbers wieder „herausgedrückt“.

Möglich ist auch die Gabe der Schwefelverbindung des Silbers:

- | | |
|---|---------------------|
| ■ <i>Argentit</i> D6 Trituration (Weleda) | 3 x 1 Msp. v. d. E. |
|---|---------------------|

Hier werden die aufbauenden Kräfte des Silbers durch die Verbindung mit dem Schwefel noch mehr in die organische Ebene eingebunden. *Argentit* ist indiziert bei schwefelarmer Konstitution (dunkler Hauttyp, schwarze Haare, braune Augen, Neurasthenie).

Als vegetabilisiertes Silber steht die mit Silber gedüngte Nachtkerze zur Verfügung:

- | | |
|--|--|
| ■ <i>Oenothera Argento culta</i> D3 Dilution
(Weleda oder Apotheke an der Weleda) | 3 x 5 Trpf. v. d. E. im Kindesalter,
3 x 10 Trpf. v. d. E. im Erwachsenenalter. |
|--|--|

Dieses neue Heilmittel, dem ein eigenes Kapitel (VIII.6) gewidmet ist, ist indiziert bei Xerosis (trockener Haut), wie man sie typischerweise bei atopischer Hautdiathese im Winter findet. Es ist in der Lage, die Epidermis innerhalb von bis zu vier Wochen spürbar weniger trocken und rau erscheinen zu lassen. Die überstarke Nerventätigkeit, wie sie am Juckreiz offenbar wird, wird durch Steigerung der epidermalen Vitalität abgepuffert; die Nerven werden sozusagen ätherisch in Watte gepackt. Bei neurodermitischen Ekzemen, die nicht mit trockener Haut einhergehen, ist *Oenothera Argento culta* D3 jedoch unwirksam.

Man kann *Oenothera Argento culta* D3, das über den Astralleib und den Ätherleib des Patienten wirkt, kombinieren mit innerlichen Gaben von

- | | |
|-----------------------------|---|
| ■ <i>Nachtkerzensamenöl</i> | 1 TL täglich im Kindesalter,
2 TL täglich im Erwachsenenalter. |
|-----------------------------|---|

So wird dem dynamischen Heilmittel durch das Samenöl die Substitution mit γ -Linolensäure hinzugefügt, die auf den physischen Leib des Patienten wirkt. Aus Kostengründen empfiehlt sich die Verschreibung des *Nachtkerzensamenöls* lose im 100-ml-Fläschchen, das nach 50 Tagen (1 TL täglich) bzw. 25 Tagen (2 TL täglich) verbraucht ist und im Kühlschrank aufbewahrt werden sollte.

Eine weitere Form vegetabilisierten Silbers steht zur Verfügung mit

- *Bryophyllum Argento cultum* D3 Dilution (Weleda) 3–4 x 5 Trpf. v. d. E. im Kindesalter, 3 x 10 Trpf. v. d. E. im Erwachsenenalter.

Dieses Mittel ist geeignet bei hysterischer Konstitution, wenn ein Ekzem vorliegt (feuchtes Ekzem), oder auf seelischer Ebene hysterische Symptome auftreten. Es wirkt den Schlaf fördernd und beruhigend bei Juckreiz. Dieses Heilmittel gibt es auch als wässrige Lösung, die durch ein besonderes rhythmisches Verfahren haltbar gemacht wurde:

- *Bryophyllum Argento cultum Rh* D3 Dilution (Weleda) bei derselben Dosierung.

Ein weiteres wichtiges Metall ist das Antimon, das dem Patienten dazu verhilft, die Formkräfte des Nerven-Sinnes-Systems in ein rechtes, menschengemäßes Verhältnis zu den Stoffkräften des Stoffwechselsystems zu setzen. Im Antimon wirken die Kräfte von Mond, Merkur und Venus zusammen. „Antimon stellt den Rhythmus her zwischen Astralleib und Ätherleib“ (Steiner. GA 319: 25), zwischen abbauenden und aufbauenden Kräften. Dabei wirkt das Antimonit, die Schwefelverbindung des Antimon, wenn Stoffwechselkräfte in das Nerven-Sinnes-System hochschlagen, während *Stibium metallicum praeparatum* D6, der Antimonspiegel, indiziert ist, wenn Nervenkräfte in den Stoffwechsel einbrechen. Dem entsprechend empfiehlt sich die Anwendung von

- *Antimonit* D6 Trituration (Weleda) 3 x 1 Msp. v. d. E.

bei Superinfektion und Impetiginisierung. Auch bei der Neurodermitis begleitenden Magen-Darmstörungen wie Durchfällen und Dysbakterie ist *Antimonit* wirksam. Denn es „entkleidet die Eiweißsubstanz ihrer Eigenkräfte und macht sie geneigt, den Gestaltungskräften der Ich-Organisation sich einzufügen“ (Steiner, Wegman 1925: 88–89). Bei feuchten, stark entzündlichen Ekzemen, gleich ob superinfiziert oder nicht, wird die Körperoberfläche der Darmschleimhaut ähnlich. Es findet eine von innen nach außen verschobene Verdauung am falschen Ort statt; auch hier ist *Antimonit* angezeigt.

Gute Erfahrungen bei Neurodermitis im Übergang in eine entzündliche, exsudative, superinfizierte Form bestehen mit (Vademecum 2010: 399):

- *Dyskrasit* D20 Ampullen (Weleda) bis 1 x täglich 1 Amp. s. c.

Der generalisierte Ekzemschub, z. B. auf eine nervlich besonders belastende Situation hin, erfordert den Einsatz des Antimonspiegels:

- *Stibium met. praep.* D6 Ampullen (Weleda) 1 x täglich 1 Amp. à 10 ml i. v., ergänzt durch
- *Calcium Quercus Inject 10* (WALA) 1 Amp. à 10 ml i. v., zusammen aufgezogen.

Diese Medikamentengabe hat meist eine sofort spürbare Linderung der Beschwerden zur Folge.

	Nervöse Ekzeme	Stoffwechselbetonte Ekzeme
Morphe	Trockene Formen eher mäßiges Infiltrat unscharf begrenzte Herde trockene Schuppung flächige Ausprägung	Feuchte Formen, exsudativ, saftig imbibierte Seropapeln, Bläschen nummuläre Herde, fleckförmig Krusten durch Superinfektion Exantheme
Lokalisation	Armbeugen periorbital	Kniebeugen intertriginös retroaurikulär Streckseiten der Extremitäten
Beschwerden	Stark juckend	Weniger juckend
Konstitution	Neurasthenie	Hysterie
Lebensalter	Erwachsenenalter Greisenalter	Kindheit Schwangerschaft
Verschlechterung	Bei Stress	Durch Nahrungseiweiß
Jahreszeit	Winter	Sommer
Verlauf	Chronisch	Akut

Wenn das feuchte Ekzem unter *Dermatodoron*[®] trocken wird, können nervöse Anteile in den Vordergrund treten, sodass der Juckreiz zunimmt. Die Dosierung muss zurückgenommen oder das Medikament abgesetzt werden.

- *Gencydo*[®] und *Citrus/Cydonia*

Beim feuchten Ekzem und bei allen Neurodermitisformen, die sich parallel zu einem Heuschnupfen verschlechtern, ist *Gencydo*[®] (Weleda) bzw. *Citrus e fructibus/Cydonia e fructibus* Ampullen (WALA) wirksam. Es enthält Extrakte der Früchte von der Zitrone (*Citrus medica*) und der Quitte (*Cydonia oblonga*), die im wässrigen Organismus des Patienten eine zusammenziehende Wirkung entfalten, wenn sie subkutan injiziert werden. *Gencydo*[®] und *Citrus e fructibus/Cydonia e fructibus* ist angezeigt bei hellhäutigen, blonden, blauäugigen Patienten und bei eher hysterischer Konstitution.

■ <i>Gencydo</i> [®] 0,1% oder 1% Ampullen (Weleda)	
oder	
■ <i>Citrus e fructibus/Cydonia e fructibus</i> Ampullen (WALA)	2 x 1 Amp. pro Woche bis tägl. 1 Amp. s.c. unter die Bauchhaut.

Dieses Heilmittel ist im Kapitel VII.3 näher beschrieben.

- *Arsen*

Arsenicum album „energisiert den menschlichen Astralleib“ (Steiner. GA 314: 188). Dadurch wirkt es in Potenzen zwischen D4 und D6 belebend und kräftigend auf den unteren Menschen. Arsen zieht den Astralleib von peripher nach zentral und von oben nach unten herein in den physischen Leib des Stoffwechsels, wenn Astralleib und Ich nicht genügend aufbauend in diesem tätig sind (Steiner. GA 313: 44). Vitalitätsver-

lust mit Abmagerung und Gewichtsabnahme, brennender Juckreiz und brennende Schmerzen sowie Besserung durch Wärme weisen auf Arsen als Heilmittel hin (Mezger 1981: 241).

■ *Arsenicum album* D4–D6 Dilution (Weleda) 3 x 10 Trpf. v. d. E.

Arsen in hoher Verdünnung ist wirksam gegen Juckreiz, der am Abend und nachts zunimmt. Arsen niedrig verdünnt regt also den Astralleib an, Arsen hoch verdünnt zügelt seine übermäßige Präsenz in der Peripherie.

■ *Arsenicum album* D30 Globuli velati (WALA) 5–10 Glb. bei Bedarf.

Gegen Juckreiz bei neurasthenischer Konstitution ist wirksam:

■ *Formica* D6 Dilution (Weleda) 3 x 10 Trpf. v. d. E.

- *Baldrian*

Bei Einschlafstörungen sind hilfreich:

■ *Passiflora Nerventonium/Kinderzäpfchen* (WALA) 1–3 TL zur Nacht/1 Supp. zur Nacht,
■ *Avena sativa comp.* Dilution/Globuli (Weleda) 10 Trpf./Glb. v. d. Abendbrot und zur Nacht,
■ *Valeriana* ∅ Dilution (Weleda) oder D3 Dilution (Apotheke an der Weleda) abends und zur Nacht 10–20 Trpf. v. d. E.

Exkurs: Baldrian

Baldrian (*Valeriana officinalis*) ist im Blütenbereich stark von kosmischer Astralität berührt: Seine blütenreichen Scheindolden schweben wie Lichtwölkchen über der grünen Staudenschicht seines Biotops. Die Blüten verströmen einen aromatischen, süßlichen Duft, der weithin wahrnehmbar ist. Die Samen sind gefiedert und werden, gänzlich polar zum oft feuchten Standort, in Schwärmen vom Wind fortgetragen. Die seelische Berührung wirkt hinunter bis in die Baldrianwurzel; hier finden sich ätherische Öle (Monoterpene), Valepotriate, Lignane und Alkaloide.

Der Extrakt aus der Baldrianwurzel kompensiert die nervöse Erschöpfung, die die Schlafstörung verursacht. Er lässt Aufbaukräfte in das Nerven-Sinnes-System aufsteigen, sodass es zur Entspannung und Entkrampfung kommt. Das fördert die Schlafbereitschaft.

- *Vitamin D*

Die in Deutschland üblichen hochdosierten Vitamin-D-Gaben zur Rachitisprophylaxe (1000 E täglich) in der frühen Kindheit beschleunigen die Aushärtung des Knochens. Menschenkundlich liegt nahe, dass damit auch das Hautorgan mineralischer und fester wird, was für Kinder mit atopischer Hautdiathese bedeutet, dass Vitamin D in Überdosis die Haut austrocknet. Mittlerweile gibt es zwei Studien, welche die Annahme unterstützen, dass ein stärkerer Vitamin-D-Einfluss mit einer verstärkten Atopieneigung verbunden ist (Hyppönen et al. 2004, Gale 2008, siehe zu Vitamin D auch Reckert 2009). Es ist daher empfehlenswert, die Vitamin-D-Prophylaxe vom

wirklichen Bedarf abhängig zu machen, der wiederum von der Lage des Wohnorts bestimmt wird (z. B. Bergland mit viel Sonne, Industriestädte mit wenig Sonne), von der Jahreszeit (Vitamin-D-Gaben nur im Winter?) und von der Konstitution des Kindes. Zur individuellen Rachitisprophylaxe und -therapie, die verstärkende Wirkungen auf eine bestehende atopische Hautdiathese vermeidet, sei auf folgende Ausführungen verwiesen: (Soldner, Stellmann 2007: 69–82).

1.14.2 Externe Therapie

- *Cremes und Salben*

Zur Beruhigung stark entzündlich geröteter Haut eignet sich:

■ *Calendula-Babycreme* (Weleda) dünn auftragen zur Nacht.

Diese Creme wurde für den Windelbereich des Säuglings geschaffen und enthält 12% Zinkoxid, das eine beruhigende Wirkung auf die Haut hat. Da die Creme weißelt, empfiehlt sich die Anwendung über Nacht. Zinkoxid hat als fester Bestandteil in der Creme eine austrocknende Wirkung, sodass tagsüber kompensatorisch fettend gepflegt werden muss. Hierzu sind fette Salben geeignet:

■ *Rosatum Heilsalbe* (WALA)

oder

■ *Salbengrundlage SK Salbe* (Apotheke an der Weleda) morgens dünn auf trockene Hautareale.

Die *Rosatum Heilsalbe* enthält ätherisches Geranienöl und Rosenöl sowie *Silicea colloidalis*. Diese Substanzen haben mit ihrer Wärme- und Lichtverwandtschaft einen Bezug zum Ich, das durch die Außenanwendung als harmonisierende Selbstheilungskraft herangezogen wird. Die *Salbengrundlage SK* enthält unter anderem 10% Sanddornkernöl, 60% Mandelöl und Bienenwachs. Der hohe Gehalt an ungesättigten Fettsäuren wirkt unmittelbar aufbauend auf die interzellulären Lipidlamellen der Epidermis. Dem Sanddornöl ist Kapitel VIII.7 gewidmet.

Exkurs: Ätherische Öle

Angesichts der heute häufigen Sensibilisierung gegenüber Duftstoffen wird von dermatologischer Seite vor ätherischen Ölen in Externa gewarnt. Es gibt jedoch eine Untersuchung, die eine erstaunlich gute Verträglichkeit natürlicher ätherischer Öle sogar bei Personen mit nachgewiesener Duftstoffmix-Allergie zeigt (Meyer 2004). Diese Beobachtung erklärt sich durch die Qualität der in der herkömmlichen Kosmetikproduktion verwendeten Duftstoffe, bei denen es sich durchweg um synthetische Stoffe oder um isolierte Monosubstanzen natürlicher Herkunft handelt. Diese Substanzen wirken allergisierend, während ätherische Öle in ihrer natürlichen komplexen Zusammensetzung meist gut vertragen werden.

Die Akzeptanz fetter Salben ist vom Entzündungsgrad des Ekzems und von der subjektiven Beurteilung abhängig. Je überwärmter und stärker gerötet ein ekzematisiertes Hautareal ist, desto durchlässiger und wasserhaltiger muss ein Externum sein. Eine gering abdichtende, gut durchlässige Qualität hat die vom Apotheker anzufertigende

Equisetum-Creme, deren Rezeptur wir oben angegeben haben. Der Wassergehalt lässt sich weiter bis auf 70% steigern.

Es ist charakteristisch für die externe Pflege und Therapie der neurodermitischen Haut, dass eine Salbe über einen gewissen Zeitraum gut verträglich ist und lindert, aber ab einem bestimmten Zeitpunkt ohne besonderen Grund keine Wirkung mehr zeigt. Es bedarf dann eines Präparatewechsels, der nach einer gewissen Zeit wieder erforderlich ist. Deswegen hat der Neurodermitiker oft eine „Salbentheke“ mit verschiedenen Hautpflegemitteln und Externa, von denen er mal dieses, dann jenes anwendet. Daher ist im Folgenden eine Reihe von Präparaten für die äußere Behandlung aufgeführt, wobei die fetteren Salben oben stehen und die feuchten Cremes bzw. Lotionen unten:

<i>Dermatoron</i> ® Salbe (Weleda)	Besonders für trockene, juckende Kinderhaut
<i>Quercus Salbe</i> (WALA)	Enthält neben Eichenrinde <i>Borago officinalis</i> und <i>Hamamelis virginiana</i>
<i>Mercurialis perennis</i> 10% Salbe (Weleda)	Auch bei Pyodermien und Impetiginisierung
<i>Calendula Wundsalbe</i> (Weleda)	
<i>Hamamelis-Salbe 10 % Salbe</i> (Weleda)	(siehe Kap. IX)
<i>Hamamelis comp. Salbe</i> (Weleda)	Enthält neben Hamamelis auch Antimon
<i>Mandel Gesichtscreme</i> (Weleda)	Mit hypoallergener Zusammensetzung, ohne Duftstoffe
<i>Bedan Creme</i> , Gesichtscreme, Lotion (Cassella-Med)	Enthält Hyperforin aus Johanniskraut (siehe Kap. IX)
<i>Imlan Creme pur</i> (Birken AG)	Mit minimiertem allergenem Potenzial (siehe Kap. VIII.9)
<i>Imlan Creme plus</i> (Birken AG)	Mit Bienenwachs und Harnstoff (siehe Kap. VIII.9)
<i>Intensiv Creme Mittagsblume</i> (Dr.Hauschka Med)	
<i>Pflege Lotion Mittagsblume</i> (Dr.Hauschka Med)	
<i>Malven-Pflegemilch</i> (Weleda)	
<i>Körperbalsam Rose</i> (Dr.Hauschka)	
<i>Silicea colloidalis comp., Gelatum</i> (WALA)	Ist fettfrei, enthält ätherisches Zitronenöl und Siliziumdioxidlösung

Eine besondere Indikation hat *Imlan Creme* (Betulin) (Birken AG), der wir ein eigenes Kapitel (VIII.9) gewidmet haben. Der Hauptbestandteil des Birkenkorkextrakts ist Betulin, eine Substanz mit vielfältiger Wirkung:

- entzündungshemmend,
- wundheilungsfördernd,
- die Differenzierung der Keratinozyten fördernd,
- gewebesetzend,
- antiviral, antibakteriell,
- juckreizlindernd.

In der Cremezubereitung wirkt Betulin gleichzeitig als

- Emulgator,
- Konservierungsstoff,
- Duftstoff,
- Wirkstoff.

Daher besteht die *Imlan Creme pur* (Birken AG) lediglich aus Betulin, Jojobaöl und Wasser. Bei *Imlan Creme plus* (Birken AG) mit ihrem zusätzlichen Gehalt an Bienenwachs und Harnstoff ist die fettende Pflegewirkung verstärkt. *Imlan Creme* (Birken AG) schützt vor Superinfektion und wirkt am Beginn der Impetiginisierung deren Fortschreiten entgegen.

Wirksam bei trockenen, juckenden Ekzemen ist die externe Anwendung von Antimon als

■ *Antimonit 0,4% Creme* (Weleda)

beispielsweise beim Lidexzem und beim hyperkeratotisch-rhagadiformen Palmoplantarekzem über Nacht unter Baumwollhandschuhen (z. B. Zwirnhandschuhe, Lohmann) und Socken. Bei der Außenanwendung bewirkt Antimon eine Schwächung der im Ekzem zentrifugal wirkenden Kräfte des Astralleibs (Steiner, Wegman 1925: 132). Die über Nacht zur Anwendung kommenden Handschuhe und Socken saugen den Cremeüberstand auf bei langsam steigendem Fett- und Antimongehalt. Sie werden damit selbst therapeutisch wirksam und gewinnen mit der Zeit somit an Wert. Der Patient muss darauf aufmerksam gemacht werden, dass sie möglichst nicht gewaschen werden dürfen. Hoch chronische, trockene Herde der Neurodermitis circumscripta zeigen unter *Antimonit 0,4% Creme* um den fünften Tag eine Verschlechterung, die einige Tage anhält, worauf eine Besserung folgt.

• *Öle und Öldispersionsbäder*

Die Wirkung der Öldispersionsbäder geht über die reine fettende Pflege weit hinaus. Durch das Öldispersionsgerät (Firma Jungebad, Bad Boll) wird ein medizinisches Öl so fein im Wasser verteilt, dass im gesamten Badewasser vom Wannengrund bis zur Wasseroberfläche kleinste Öltröpfchen enthalten sind. Dafür werden Olivenöl mit Kräuterzusätzen oder ätherische Öle verwendet. Das Olivenöl gelangt in tiefere Hautschichten; ätherische Öle des Öldispersionsbades sind sogar im Blut messbar. Ebenso wie die ätherischen Öle in *Rosatium Heilsalbe* und *Silicea comp. Gel*, nur wesentlich intensiver, regen die fein verteilten Öle dieses Bades den Wärmeorganismus und die darin lebende Ich-Organisation des Patienten an, sich an der selbstheilenden Harmonisierung der neurodermitischen Einseitigkeiten zu beteiligen. Für Neurodermitiker sind die Dispersionsbadeöle

■ *Equisetum ex herba W 5%, Oleum* (WALA)

und

■ *Rosa e floribus 10%, Oleum* (WALA)

besonders geeignet. Wie die oben angeführte Untersuchung an Duftstoffallergikern zeigt, sind Unverträglichkeiten von natürlichen ätherischen Ölen selten. Angefügt sei, dass schon das Olivenöl einen starken Wärmebezug hat, da es aus dem Mittelmeerraum stammt. Der Olivenbaum ist botanisch der Anzeiger für ein mediterranes Klima, das durch die Wirksamkeit des Wärmeäthers geprägt ist.

Bei nässenden Ekzemen oder hochakut-entzündlichen Zuständen mit flächiger Rötung, Schwellung, Infiltrat und Überwärmung des betroffenen Hautareals wirken feuchte Umschläge schnell lindernd. Um die Austrocknung zu verhindern, kann mit Cremes (z.B. *Equisetum-Creme*) unterfettet werden (fett-feuchte Umschläge). Für Umschläge sind geeignet:

- Schwarztee, 10 min. gezogen, abgekühlt,
oder
- Eichenrinde, z.B. *Quercus-Essenz* (WALA) 1 EL auf 1/4 l Wasser,
oder
- *Quercus, ethanol. Decoctum* Tinktur zum äußerlichen Gebrauch (Weleda),

die beide eine deutlich gerbende Wirkung entfalten. Auch Bäder und Teilbäder sind bei dieser Indikation geeignet, entweder mit Eichenrinde wie oben oder mit

- *Tannolact Badezusatz* (Galderma) Anwendung nach Packungsbeilage,

das einen synthetischen Gerbstoff enthält.

1.15 Ernährung

Grundsätzlich ist für den Neurodermitiker mit seinen schwachen Verdauungskräften die Ernährung mit Nahrungsmitteln aus biologisch-dynamischer Landwirtschaft zu empfehlen. Die Anwendung der Kompost- und Spritzpräparate, der geschlossene Hoforganismus und extensiver, nicht ausschließlich leistungsbezogener Pflanzenbau und wesensgemäße Tierhaltung ergeben eine optimale Nahrungsqualität, die den Menschen wirklich zu ernähren vermag. Längere Haltbarkeit, besserer Geschmack und bessere Bekömmlichkeit sind Ausdruck der höheren Qualität gegenüber Produkten aus konventioneller Agrarindustrie, in der ein permanenter, gänzlich ungesunder wirtschaftlicher Marktdruck die Erzeugung qualitativ hochwertiger Lebensmittel verhindert.

Von der pflanzlichen Nahrung sind es die Wurzeln, die der Organismus nach Aufnahme über den Darm „bis in die äußerste Peripherie der Kopforganisation oder auch der Hautorganisation nach außen“ treibt (Steiner. GA 221: 90). Daher ist dem Neurodermitiker zu empfehlen, die Möhre und die Rote Bete in der Ernährung zu betonen. Folgende Übersicht gibt Hinweise auf Empfehlungen für die Ernährung bei Neurodermitis:

Günstig	Ungünstig
Hirse*, Buchweizen*	Manchmal Weizen, Roggen
Dinkel, Gerste als Vollkorngetreide	raffiniertes Zucker,
Honig, Ahornsirup	Süßigkeiten, Weißmehl
Blattsalat, Rote Bete, Möhren, Brokkoli, Zucchini, Mangold, Gemüse aus biologischem Anbau	Fisch und Ei in großen Mengen
Butter**	Vollmilch, Sojaprodukte,
Sauermilchprodukte	Schweinefleisch, Innereien
Pflanzenöle	
* In kochendes Wasser geben, dieses Wasser abgießen und die Körner in neuem Wasser garen.	
** Butter wird meistens gut vertragen.	
Sanddornsaft (Vitamin-C-Spender), Mandeln, Birne, milder Apfel	Zitrusfrüchte, Kiwi, Erdbeeren, saures Obst, Tomaten, Paprika, Multivitaminsaft, scharfe Gewürze, Ketchup, Alkohol, synthetische Farb-, Konservierungs-, Aromastoffe
Mit Vorsicht zu genießen	
Erdnüsse, Haselnüsse, Walnüsse, Hartkäse, tierische Fette Paprika, Peperoni, Rettich, Schnittlauch, Sellerie.	

1.15.1 Kuhmilch

Da Kuhmilch für Neurodermitiker oft unverträglich ist (Verdauungsstörungen, Verschlechterung des Hautzustandes) und Kuhmilchproteine bei Nahrungsmittelallergien eines der Hauptallergene darstellen, soll auf die Ursachen und den Umgang damit näher eingegangen werden. Fragt man nach der Qualität der Milch aus konventioneller Landwirtschaft, die extrem leistungsorientiert produzieren muss, wirken folgende Faktoren ungünstig:

- moderne Zuchtbemühungen zur Maximierung der Milchleistung,
- Versorgung mit eiweiß- und energiereichem Kraftfutter (Kühe werden quasi wie Schweine gefüttert),
- häufige Grasschnitte, erster Schnitt vor der Blüten- und Samenbildung,
- Überdüngung der Wiesen und Weiden durch zu hohe Kopffzahl pro Hektar.

Auch die industrielle Verarbeitung der Kuhmilch hat Auswirkungen auf ihre Qualität:

- Beeinträchtigung einer natürlichen Bakterienbesiedelung der Kuhmilch durch Kühlung der Milch direkt nach dem Melken (Laktobazillen werden abgetötet),
- starke Erhitzung (Perkin 2007),
- Homogenisierung: Zerstörung der Fettkügelchen, Schädigung der Membranen, die die Fetttropfen umschließen.