

15 goldene Neurodermitis-Regeln

Das Wichtigste für die Pflege und Behandlung der Neurodermitis, kompakt und übersichtlich, auf einen Blick

1. Der Umgang mit der Krankheit fällt den Eltern oft leichter, wenn sie akzeptieren, dass diese dauerhaft (chronisch) ist , aber sich i.d.R. mit zunehmendem Alter abschwächt
2. Erklären Sie die Krankheit dem Kind altersgerecht [siehe dazu Die Seite für Kinder], damit es den Grund für Arztbesuche sowie Eincremen versteht und sieht, dass Kratzen eher schädlich ist
3. Denken Sie an die tägliche Basispflege der Haut mit feuchtigkeitsspendenden und rückfettenden Salben und Cremes ohne Duftstoffe, vor allem nach dem Baden
4. Achten Sie auf die frühzeitige Behandlung akuter Schübe
5. Sie können mit dem Kind eine individuelle Diät machen, um bestimmte Allergene ausfindig zu machen, die die Krankheit verschlimmern (Mangelernährung vermeiden!)
6. Reduzierung von Allergenen in der Luft durch regelmäßiges Staubwischen sowie Waschen der Kuscheltiere (mit Waschmittel ohne Parfüm und Zusätze) und den Verzicht auf Teppiche und Haustiere in der Wohnung
7. Das Kind nicht länger als 10 Minuten waschen, auf Schaum- und Parfümzusätze verzichten, besser geeignet sind milde Waschemulsionen, Babys nur einmal in der Woche baden (außer bei therapeutischen Bädern mit Ölen oder Tee)
8. Kleidung und Bettwäsche sollten glatt, weich und angenehm sein und keine Wolle und künstliche Fasern enthalten, auch die Schildchen sollten nicht kratzen, Waschen ohne Weichspüler
9. Halten Sie das Kinderzimmer eher kühl, denn Schwitzen verstärkt das Jucken
10. Tabakrauch vermeiden
11. Nachts können sich die Babys und Kleinkinder weniger stark kratzen, wenn sie Baumwollhandschuhe oder spezielle Overalls mit integrierten Handschuhen tragen
12. Nägel sehr kurz schneiden
13. Einschlafrituale mit Geschichten oder Babymassagen helfen beim Einschlafen und die Entspannung kann den Juckreiz lindern
14. Das Kratzen nicht verbieten, sondern Alternativen beibringen: statt der Wunde das Kuscheltier kratzen oder die innere Anspannung durch Bewegung abbauen
15. Machen Sie Neurodermitis nicht zum unentwegten Mittelpunkt der Familie, konzentrieren Sie sich auch auf die anderen Eigenschaften des Kindes und behandeln Sie es so normal wie möglich. Wenn Sie oder das Kind mit der Krankheit überfordert sind, können Sie sich therapeutische Hilfe suchen