



PVZ – Zentrum für Kinder- und Jugendmedizin

Schwerpunkte Kinderpneumologie und Allergologie

Paul Wettzel · Dr. med. Rolf Bigalke · Fachärzte für Kinder- und Jugendmedizin

Salbentherapie bei Neurodermitis

Eine Anleitung für zu Hause. Die Basispflege ist der wichtigste Teil der Behandlung – wichtiger als jedes Medikament, das nur in Schüben zum Einsatz kommt.

WARUM EINCREMEN SO VIEL BRINGT

Bei Neurodermitis ist die Hautbarriere durchlässig. Feuchtigkeit geht verloren, Reizstoffe und Allergene kommen leichter hinein. Eincremen ersetzt, was der Haut fehlt: Fett und Feuchtigkeit. Dadurch wird die Haut widerstandsfähiger, der Juckreiz lässt nach – und es braucht seltener eine antientzündliche Behandlung.

Der häufigste Fehler ist nicht die falsche Creme, sondern zu wenig davon und zu unregelmäßig. Cremen Sie auch dann weiter, wenn die Haut gerade gut aussieht. Genau das verhindert den nächsten Schub.

DIE RICHTIGE GRUNDLAGE

- Trockene, schuppige Haut braucht eine fetthaltige Salbe.
- Leicht entzündete, nässende Haut verträgt eine wasserreichere Lotion oder Creme besser.
- Im Winter und bei Kälte eher fetter, im Sommer und bei Hitze eher leichter.
- Harnstoff (Urea) bindet Feuchtigkeit, brennt aber auf entzündeter Haut und ist für Säuglinge und Kleinkinder nicht geeignet.
- Ohne Duftstoffe, ohne Konservierungsmittel, ohne pflanzliche Zusätze wie Kamille oder Teebaumöl – die lösen häufig Kontaktallergien aus.

Welche Grundlage für Ihr Kind passt, besprechen wir gemeinsam. Wenn ein Produkt gut vertragen wird, bleiben Sie dabei – ständiges Wechseln bringt nichts.

WIE VIEL IST GENUG? DIE FINGERSPITZENEINHEIT

Eine Fingerspitzeinheit ist der Salbenstrang, der aus einer Tube mit 5 mm Öffnung auf das letzte Fingerglied eines Erwachsenen passt – etwa ein halbes Gramm. Sie reicht für eine Fläche von zwei Erwachsenen-Handflächen.

Alter	Gesicht und Hals	Arm und Hand	Bein und Fuß	Rumpf vorne	Rücken und Po
3–6 Monate	1	1	1,5	1	1,5
1–2 Jahre	1,5	1,5	2	2	3
3–5 Jahre	1,5	2	3	3	3,5
6–10 Jahre	2	2,5	4,5	3,5	5

Angaben in Fingerspitzeinheiten, jeweils für eine Körperseite. Es sind Richtwerte – im Zweifel lieber etwas mehr.

SO GEHEN SIE IM ALLTAG VOR

- Mindestens einmal täglich den ganzen Körper eincremen, im Schub zweimal.
- Am besten direkt nach dem Baden oder Duschen, solange die Haut noch leicht feucht ist.
- In Wuchsrichtung der Haare auftragen, nicht einmassieren – das reizt und juckt.



PVZ – Zentrum für Kinder- und Jugendmedizin

Schwerpunkte Kinderpneumologie und Allergologie

Paul Wettzel · Dr. med. Rolf Bigalke · Fachärzte für Kinder- und Jugendmedizin

- Baden kurz und lauwarm, höchstens 5 bis 10 Minuten bei etwa 34 Grad, mit rückfettendem Zusatz.
- Keine Seife auf entzündete Haut, kein Schaumbad.
- Fingernägel kurz halten, dünne Baumwollhandschuhe für die Nacht können das Kratzen bremsen.
- Baumwolle statt Wolle, Kleidung vor dem ersten Tragen waschen.
- Kühlen hilft gegen Juckreiz: feuchte Umschläge oder die im Kühlschrank gelagerte Creme.

WENN DIE HAUT ENTZÜNDET IST

Reicht die Basispflege nicht aus, kommt für einige Tage eine antientzündliche Salbe dazu – meist ein Kortisonpräparat, in bestimmten Fällen ein Calcineurin-Hemmer. Beides verordnen wir individuell.

- Antientzündliche Salbe nur auf die entzündeten Stellen, die Basispflege bleibt auf dem übrigen Körper.
- Zwischen beiden Präparaten etwa 15 Minuten Abstand lassen.
- Lieber kurz und ausreichend stark behandeln als lange zu schwach.
- Nicht abrupt absetzen, sondern nach Anweisung ausschleichen – sonst kommt der Schub zurück.

Zur Sorge vor Kortison

Richtig angewendet – kurz, gezielt und in der passenden Stärke – ist eine Kortisonsalbe sicher.

Was der Haut wirklich schadet, ist eine dauerhaft unbehandelte Entzündung.

Aus Angst zu wenig zu behandeln ist der häufigere Fehler als zu viel.

WANN SIE SICH BEI UNS MELDEN SOLLTEN

- Die Haut nässt, ist gelblich verkrustet oder riecht – das spricht für eine bakterielle Infektion.
- Es entstehen gruppierte Bläschen, Ihr Kind hat Fieber und fühlt sich krank – dann bitte am selben Tag anrufen.
- Der Juckreiz raubt Ihrem Kind regelmäßig den Schlaf.
- Trotz konsequenter Behandlung bessert sich nichts.

Ihre persönliche Empfehlung

Basispflege:

Antientzündliche Behandlung:

Besonderheiten: