

# Psychotherapeutische Hilfen bei Neurodermitis

Die Haut des Menschen wird auch als „Spiegel der Seele“ bezeichnet: Ihr wird nachgesagt, dass man an ihrer Beschaffenheit einiges über den körperlichen und vor allem den seelischen Zustand eines Menschen ablesen kann.

Neurodermitis wird durch psychische „Stellschrauben“ beeinflusst: Eine wichtige ist die „Stressschraube“. Neurodermitiker reagieren auf Stress besonders sensibel, oft äußert er sich durch Juckreiz und der Verschlimmerung von Ekzemen. Stress kann durch die Arbeitssituation, durch Beziehungen, aber auch durch kleinere alltägliche Veränderungen verstärkt oder verringert werden. Hier setzt eine Möglichkeit der Beeinflussung ein: Das so genannte Stressmanagement. Neurodermitiker sind verstärkt darauf angewiesen, ihr Stresslevel beeinflussen zu können. Besondere Entspannungstherapieverfahren wie das autogene Training oder die progressive Muskelrelaxation können hier helfen.

Mindestens ebenso wichtig aber ist es, in den als belastend empfundenen Lebensbereichen Veränderungen herzustellen. Dies bedarf oft einer gründlichen Analyse, um die Zusammenhänge des Teufelskreises von Situation, Gefühl, Symptomreaktionen, Veränderungen der Situation usw. zu erkennen und zu beeinflussen.

## Neurodermitis bei Kindern

In früheren Zeiten war man schnell mit dem Schluss: Wer in dem gefühlsmäßigen, emotionalen Bereich an Problemen leidet, entwickle sozusagen an der Nahtstelle zur Außenwelt, der Haut, ein entsprechendes Symptom. Frühe Untersuchungen kamen zum Beispiel zu dem Schluss, dass eine gestörte Beziehung zur Mutter Ursache der Symptombildungen wäre.

*Fortsetzung Seite 2*

**Kassenärztliche Vereinigung** –  
die Dachorganisation der  
niedergelassenen Ärzte und  
Psychotherapeuten in Berlin

**Bei der Suche nach einem Dermatologen oder Psychologen in Ihrer Nähe hilft Ihnen auch die Kassenärztliche Vereinigung Berlin weiter: Unter der Nummer 31 00 32 22 erreichen Sie unseren Gesundheitslotsendienst.**

Heute weiß man, dass dies so nicht richtig ist: Die Erkrankung kann unter Umständen zu einer solchen Beziehungsstörung führen. Das erkrankte Kind zieht erhöhte Aufmerksamkeit auf sich, es bedeutet für die Eltern emotional und kräftemäßig immer wieder Ausnahmesituationen. Berührung, Zärtlichkeit werden zum Problem, Gefühle von Hoffnungslosigkeit, Ohnmacht, Aggressionen müssen bewältigt werden. Wo dies nicht glücklich gelingt, werden die Beziehungen zwischen Kind und Erwachsenen gestört.

Zum anderen weiß man, dass die Chance, an Neurodermitis zu erkranken, neben den körperlichen, allergischen, eine erbliche Komponente hat: Die Chance für ein Kind, an Neurodermitis zu erkranken, ist bis zu 45 Prozent höher, wenn beide Eltern Neurodermitiker sind. So kann man vermuten, dass bestimmte Beziehungs- und Bewältigungsstrukturen über die Generationen weitergegeben werden - als psychisches Erbe sozusagen.

Eine relativ junge medizinisch-psychologische Fachrichtung ist die Psychoimmunologie, die den Zusammenhang psychischer Situationen und die Auswirkungen auf das Immunsystem untersucht. Hier zeigt sich, dass bestimmte Zellen des Abwehrsystems eines Neurodermitikers sehr empfindlich sind und oft schon auf geringste seelische Veränderungen reagieren. Eltern haben in solchen Situationen oft den Eindruck, der Juckreiz würde ohne Auslöser auftreten und sie könnten nichts dagegen unternehmen.

Während bei vielen nicht hauterkrankten Kindern als Folge von Konflikten Verhaltensauffälligkeiten auftreten, äußert sich die Belastung bei einem an Neurodermitis erkrankten Kind durch Hautveränderungen. In Zeiten sehr großer Anspannung, zum Beispiel bei einer Trennung der Eltern, ist Neurodermitis erfahrungsgemäß kaum zu behandeln. Kinder haben die Fähigkeit, kleinste Spannungsveränderungen in ihrem Umfeld wahrzunehmen - ein Kind mit Neurodermitis reagiert mit seinem Symptom. Deshalb ist es bei Familien mit einem an Neurodermitis erkrankten Kind besonders wichtig, über Gefühle, Konflikte, Veränderungen zu sprechen. Je offener damit umgegangen wird, desto weniger Spannung entsteht und desto weniger stark muss das Kind diese Spannung auf seine ihm eigene Weise abbauen.

*Fortsetzung Seite 3*

**Bei der Suche nach einem Dermatologen oder Psychologen in Ihrer Nähe hilft Ihnen auch die Kassenärztliche Vereinigung Berlin weiter: Unter der Nummer 31 00 32 22 erreichen Sie unseren Gesundheitslotsendienst.**

**Kassenärztliche Vereinigung –**  
die Dachorganisation der  
niedergelassenen Ärzte und  
Psychotherapeuten in Berlin

Neurodermitis kann durch eine Psychotherapie nicht „geheilt“ werden. Sie ist jedoch sinnvoll, um die psychischen Folgen der Erkrankung zu behandeln sowie vorbeugend, beispielsweise durch Stresskontrolle einem erneuten Ausbruch oder einer Verschlechterung der Krankheit entgegenzuwirken. Therapeutische Hilfe ist nicht nur für die Erkrankten selbst wichtig, gerade die Beratung und Einbeziehung der Eltern und Angehörigen spielt eine wichtige Rolle.

**Kassenärztliche Vereinigung –**  
die Dachorganisation der  
niedergelassenen Ärzte und  
Psychotherapeuten in Berlin

**Bei der Suche nach einem Dermatologen oder Psychologen in Ihrer Nähe hilft Ihnen auch die Kassenärztliche Vereinigung Berlin weiter: Unter der Nummer 31 00 32 22 erreichen Sie unseren Gesundheitslotsendienst.**