

Neurodermitis bei Babys: Ein Ratgeber für Eltern

Wichtige Informationen und praktische
Tipps zur Linderung und Pflege



1. Was ist Neurodermitis & Typische Anzeichen

Die natürliche Hautbarriere ist gestört. Die Haut verliert Fett und Feuchtigkeit, sie trocknet aus, wird rissig und entzündet sich. Verläuft in Schüben mit besseren und schlechteren Phasen.

- Betrifft ca. 10-15% der Babys
- Oft Besserung im Laufe der Jahre

- Trockene, schuppige Haut
- Rötungen und Ekzeme (oft Gesicht/Wangen)
- Starker Juckreiz (Baby ist unruhig, weint)
- Nässende oder verkrustete Stellen
- Bei älteren Babys: Ekzeme in Ellenbogen/Kniekehlen

3. Baden und Waschen

Kurze Bäder (5-10 Min) mit lauwarmem Wasser (ca. 37°C) sind besser als lang/heiß.

- Rückfettende Öle/Butter/Zusätze
- Keine Seife, keine Schaumbäder
- Haut sanft abtupfen, nicht rubbeln
- Innerhalb von 3 Minuten nach dem Bad eincremen

5. Juckreiz lindern & Häufige Auslöser (Trigger)

Kratzen verschlimmert die Entzündung.

- Fingernägel kurz und glatt halten
- Nachts Baumwollhandschuhe/-sockchen
- Kühlen feuchte Umschläge, gekühlte Creme
- Ablenkung (Spielen, Singen, Kuscheln)
- Saftliefen statt kratzen
- Schlafanzug mit integrierten Fäustlingen

2. Basispflege: Das A und O

Wichtiger Baustein, stärkt die Hautbarriere – auch in erscheinungsfreien Phasen.

Grundregeln

- Mindestens 2x täglich eincremen (morgens & abends)
- Bei sehr trockener Haut häufiger (z.B. nach Windwechsel)
- Reichlich auftragen (nicht sparsam sein)
- Auch gesunde Stellen pflegen

Produktwahl

- Parfümfrei, hypoallergene Produkte
- Winter: fettreichere Salben
- Sommer: leichtere Lotionen
- Urea erst ab 2. Lebensjahr
- Bewährt: Glyzerin, Panthenol, Sheabutter

4. Kleidung und Textilien

Was die Haut mag:

- Weiche Baumwolle oder Seide
- Spezielle Neurodermitis-Textilien
- Weite, luftige Schuhe
- Neue Kleidung vor dem ersten Tragen waschen

Was die Haut nicht mag:

- Wolle direkt auf der Haut
- Synthetische Stoffe
- Enge Kleidung
- Scheuernde Etiketten/Nähte

Waschen:

- Parfümfreies Waschmittel
- Keinen Weichspüler
- Gut ausspülen

Ernährung und Allergien

Pauschale Diäten sind nicht sinnvoll.

- Stillen ist ideal (mind. 4 Monate)
- Flaschenmischung: HA-Nahrung nur auf ärztliche Empfehlung
- Beikost ab 5-6. Monat normal einführen
- Nahrungsmittel nicht vorsorglich weglassen
- Bei Allergieverdacht: Kinderarzt konsultieren

Medikamentöse Behandlung

Bei akuten Schüben nach ärztlicher Empfehlung.

Kortikosteroide:

- Bei richtiger Anwendung sicher, nicht zu sparsam
- empfohlene Dauer einhalten, zuerst Kortison, dann Basispflege.
- Weitere Optionen: Calcineurin-Inhibitoren (ab 2 Jahren), Fettfreie Variante, antientzündliche Behandlung bei Infektion.

Wohnumgebung, für Sie als Eltern & Wann zum Arzt?

Wohnumgebung optimieren

- Raumtemperatur 18-22°C
- Luftfeuchtigkeit 40-60%
- Regelmäßig lüften
- Staubfänger reduzieren
- Mildbewachte Bezüge
- Rauchfreie Umgebung

Für Sie als Eltern

- Sie tragen keine Schuld
- Nicht ansteckend
- Holen Sie sich Unterstützung
- Achten Sie auf sich selbst
- Prognose ist oft gut

Wann zum Kinderarzt?

- Einmalige Hautveränderungen
- Starke Schübe trotz Basispflege
- Hautinfektion (Eiter, Krusten, Fieber)
- Schlafstörungen durch Juckreiz
- Verdacht auf Nahrungsmittelallergie
- Fragen zur Behandlung



deingesundeskind.ch