



ELBE KLINIKEN

STADE • BUXTEHUDE

Einen Schub vermeiden – wie Du Deine persönlichen Trigger erkennst und kontrollierst

**Webinar Hautnetz Hamburg e.V.
zum Welt-Neurodermitis-Tag
11.09.2025**



**Andreas Kleinheinz
Elbeklinikum Buxtehude**



Trigger (englisch für „Auslöser“) steht für:

- das Bedienelement für die Schussauslösung, siehe [Abzug \(Waffe\)](#)
- [Trigger \(Band\)](#), serbische Heavy-Metal-Band
- [Trigger Cars](#), niederländischer Automobilhersteller
- [Trigger \(Elektronik\)](#), ein bestimmter Typ elektronischer Schaltungen
- [Trigger \(Fernsehserie\)](#), südkoreanische Fernsehserie
- [Trigger \(Medizin\)](#), Auslöser eines Körpervorgangs bzw. einer Erkrankung
- [Trigger \(Pferd\)](#), ein Filmpferd
- [Trigger \(Psychologie\)](#), Auslöser eines Prozesses im psychischen oder psychosozialen Bereich
- [Trigger \(Physik\)](#), ein System zur Selektion von Messdaten
- [Trigger \(Studio\)](#), japanisches Animationsstudio
- [Trigger \(Tontechnik\)](#), Auslöser einer Veränderung eines Signals
- [Datenbanktrigger](#), Funktion mancher Datenbanksysteme
- eine Spielhilfe bei Blechblasinstrumenten, siehe [Ventil \(Blasinstrument\)](#) [#Intonationszug \(Trigger\)](#)
- eine EP (Extended Play) der schwedischen Melodic-Death-Metal-Band In Flames, siehe [Reroute to Remain #Trigger EP](#)
- Präsuppositionstrigger in der Sprachwissenschaft, siehe [Präsupposition](#) [#Präsuppositionsauslöser \(Präsuppositionstrigger\)](#)

Trigger ist der Familienname von:

- [Bruce Trigger](#) (1937–2006), kanadischer Anthropologe und Archäologe
- [Hannah Trigger](#) (* 1987), australische Snowboarderin

Trigger

- "Trigger" ist ein Auslöser für einen Vorgang, ein Ereignis oder eine Reaktion, der aus verschiedenen Fachbereichen stammt und je nach Kontext eine unterschiedliche Bedeutung hat.
- Am bekanntesten ist der Begriff aus der Psychologie, wo er sich auf einen Reiz bezieht, der unbewusst Erinnerungen an ein Trauma auslöst.
- Trigger in der Medizin (z. B. Schmerz), in der Elektronik (z. B. Auslösen eines Signals), in der Informatik (Datenbanktrigger) und in der Tontechnik

Wie entsteht die Neurodermitis?

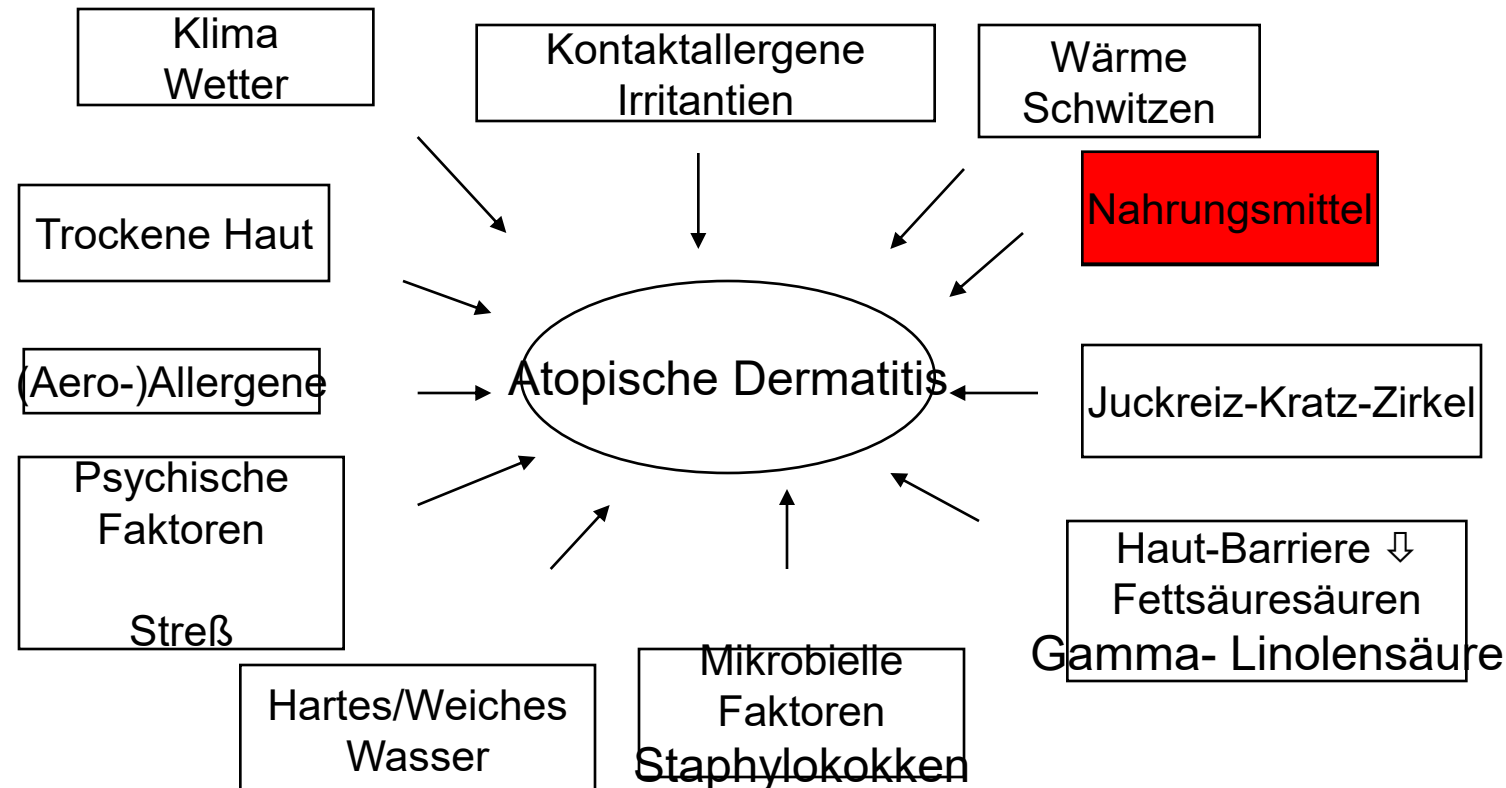
Genetische Basis
70%

+

Provokationsfaktor(en)
30%



Atopisches Ekzem: Potentielle Auslöser/Trigger



Altersverteilung

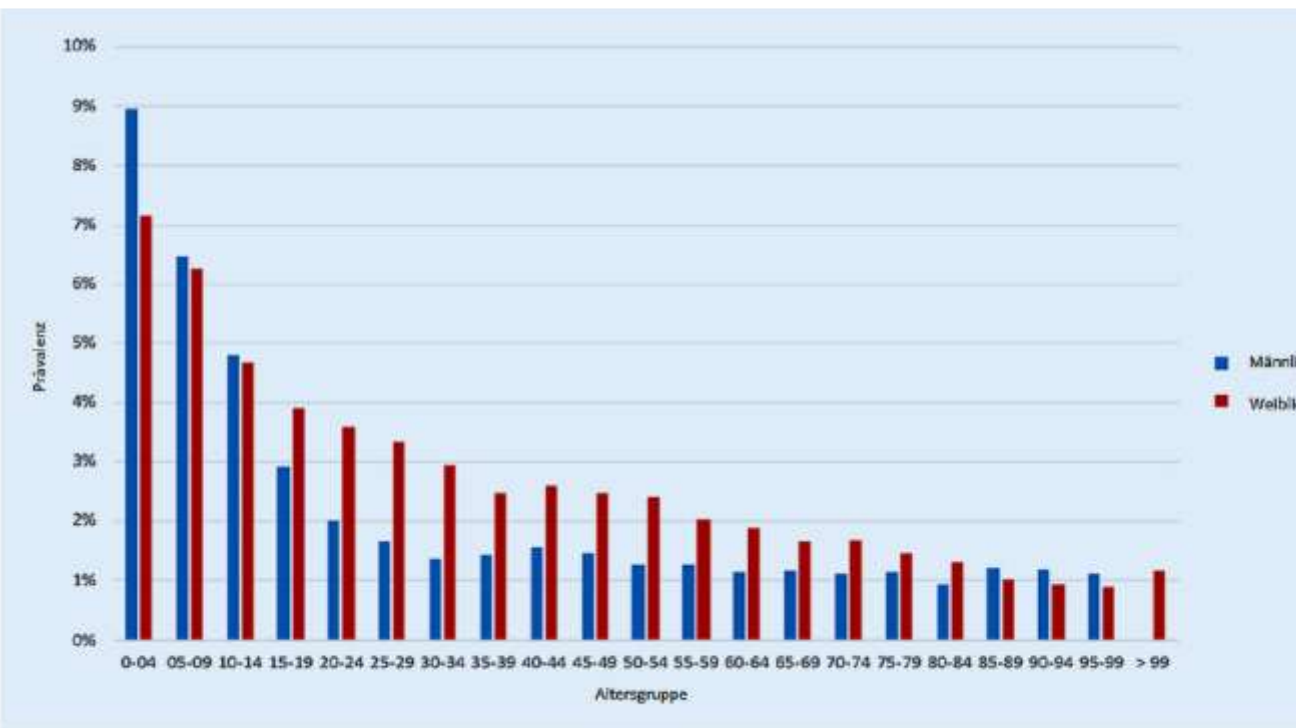


Abb. 1 ▲ Prävalenz der atopischen Dermatitis (AD) nach Alter und Geschlecht

Atopischer Marsch und Typ 2 Inflammation

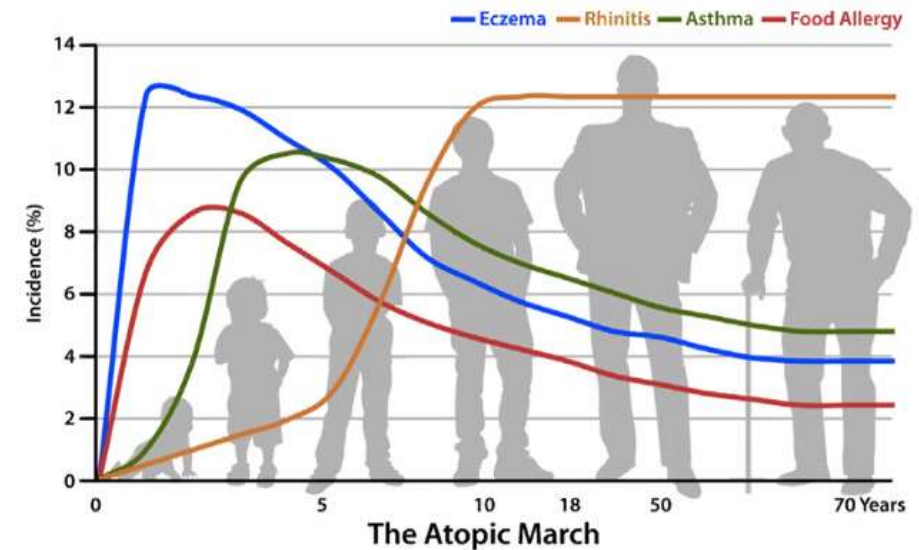
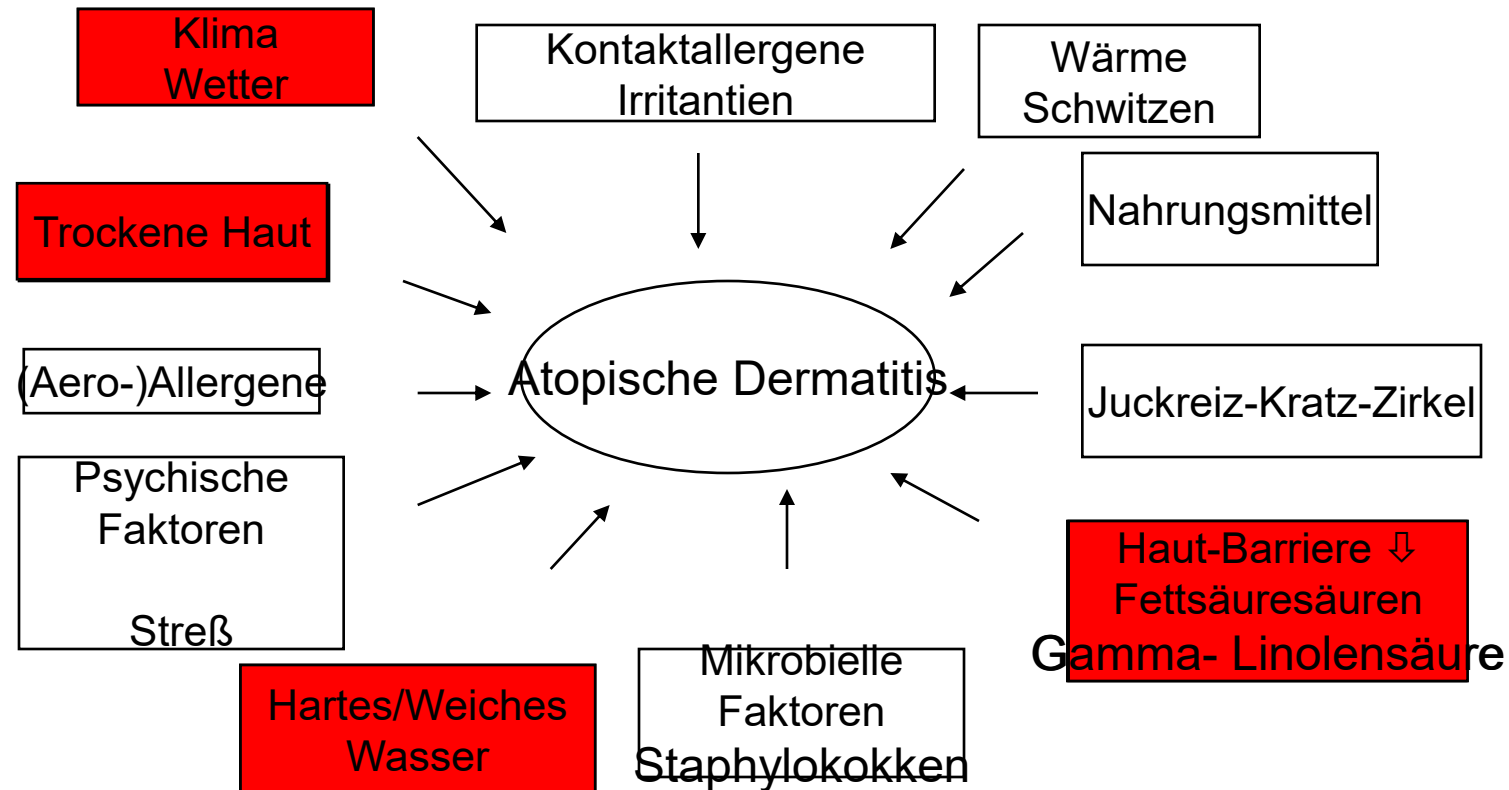


FIG 2. The atopic march. AD prevalence peaks early in infancy, opening the door for consequent development of the atopic march. Development of FA, asthma, and allergic rhinitis in the young toddler age group is common after cutaneous manifestations.

Sensibilisierung oder Allergie?

	Positives Pricktest-/ spez. IgE-Ergebnis	Negatives Pricktest-/ spez. IgE-Ergebnis
Klinische Symptome sind vorhanden	Spezifische Immuntherapie	Ggf. Provokation Andere Auslöser/Ursachen?
Klinische Symptome sind nicht vorhanden	Klinisch stumme Sensibilisierung	Keine Krankheit

Atopisches Ekzem: Potentielle Auslöser



Barrierefunktion der Haut

Barrierefunktion der Haut

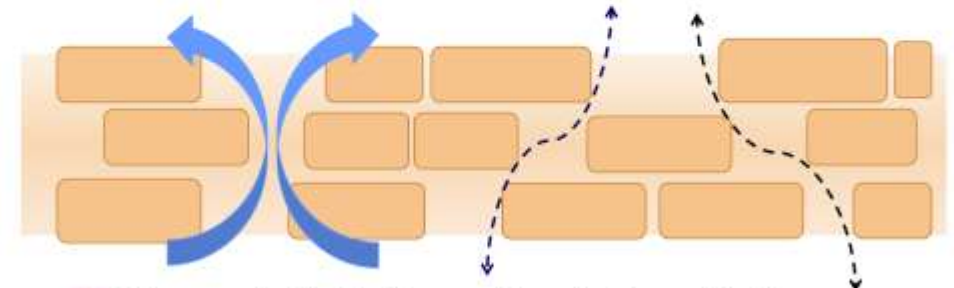
Äußere Einflüsse: z.B. Sonne, Wasser,
Seife, Chemikalien, Bakterien, Allergene



- Schutz vor äußeren Einflüssen
- Regulation des Wasser- und Wärmehaushalts
- Sinnesorgan

Störung der Barrierefunktion der Haut

Filaggrindefekt im Stratum corneum
Tight junction Stratum spinosum
→ Transepidermaler Wasserverlust (TEWL) erhöht



- Überempfindlichkeit gegenüber äußeren Einflüssen
- vermehrte Hauttrockenheit
- Haut berührungsempfindlich

Basistherapie

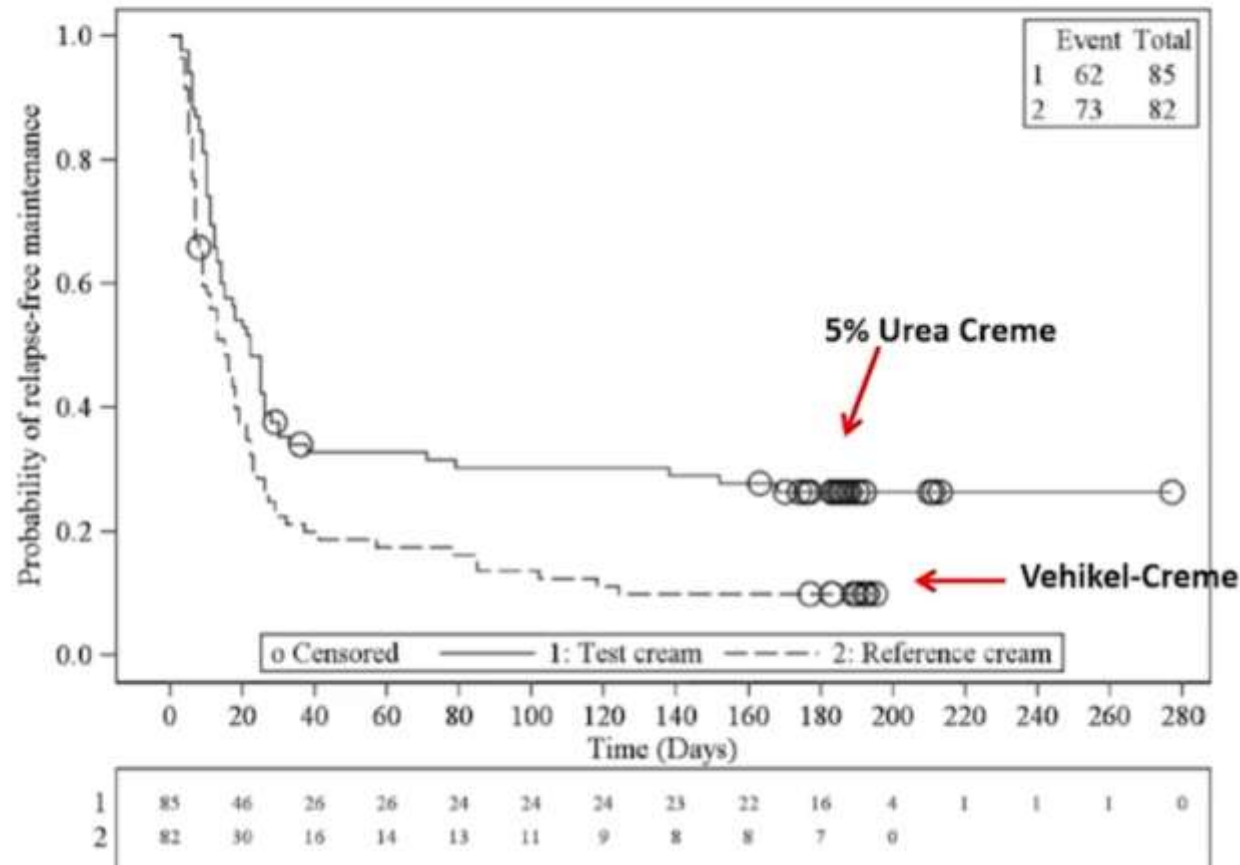
- Tgl. Externa Anwendung essentiell (*Humectant*)
- Harnstoff - kann brennen
- Glycerin – sicher, aber klebrig (*Occludent*)
- Vaseline
- „Soak and seal“ Technik
- Leicht saurer pH von 5,5 günstig
- pH-neutrale Syndets anstatt alkalischer Seifen
 - Anwendung reichhaltig und häufig

**Faustregel für den Salbenbedarf (Basistherapie!)
pro Woche bei 2 x täglicher Anwendung**

3 – 6 Monate	50 g
1 – 3 Jahre	100 g
4 – 7 Jahre	150 g
< 7 Jahre	200 - 250 g

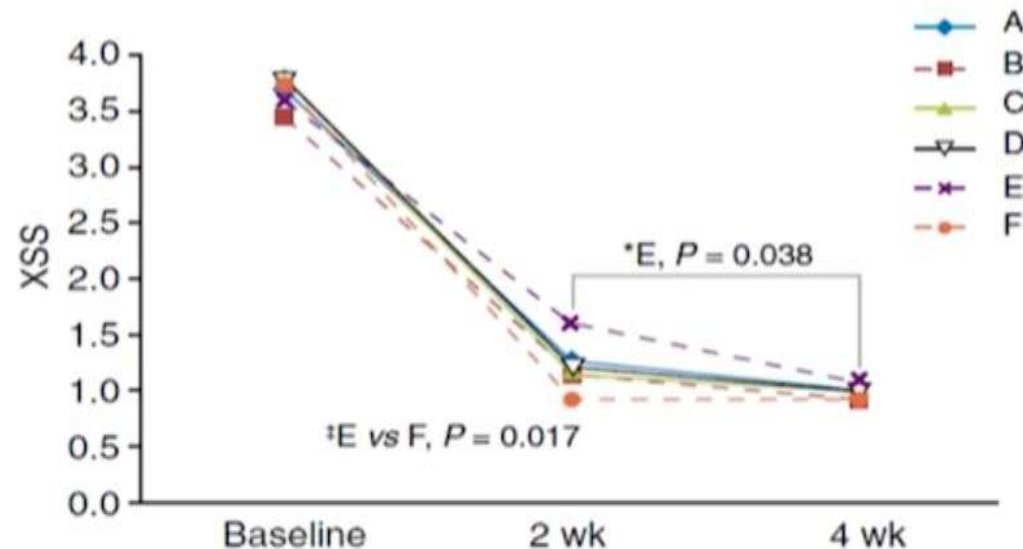
Verhinderung des Wiederauftretens

Wahrscheinlichkeit der Rezidivfreiheit



- 172 Patienten > 18 Lebensjahr mit AD
- Verteilung nach abgeschlossener Therapie
- Verteilung 1:1
- Urea Creme gegen blande Grundlage

Teuer besser als preiswert???



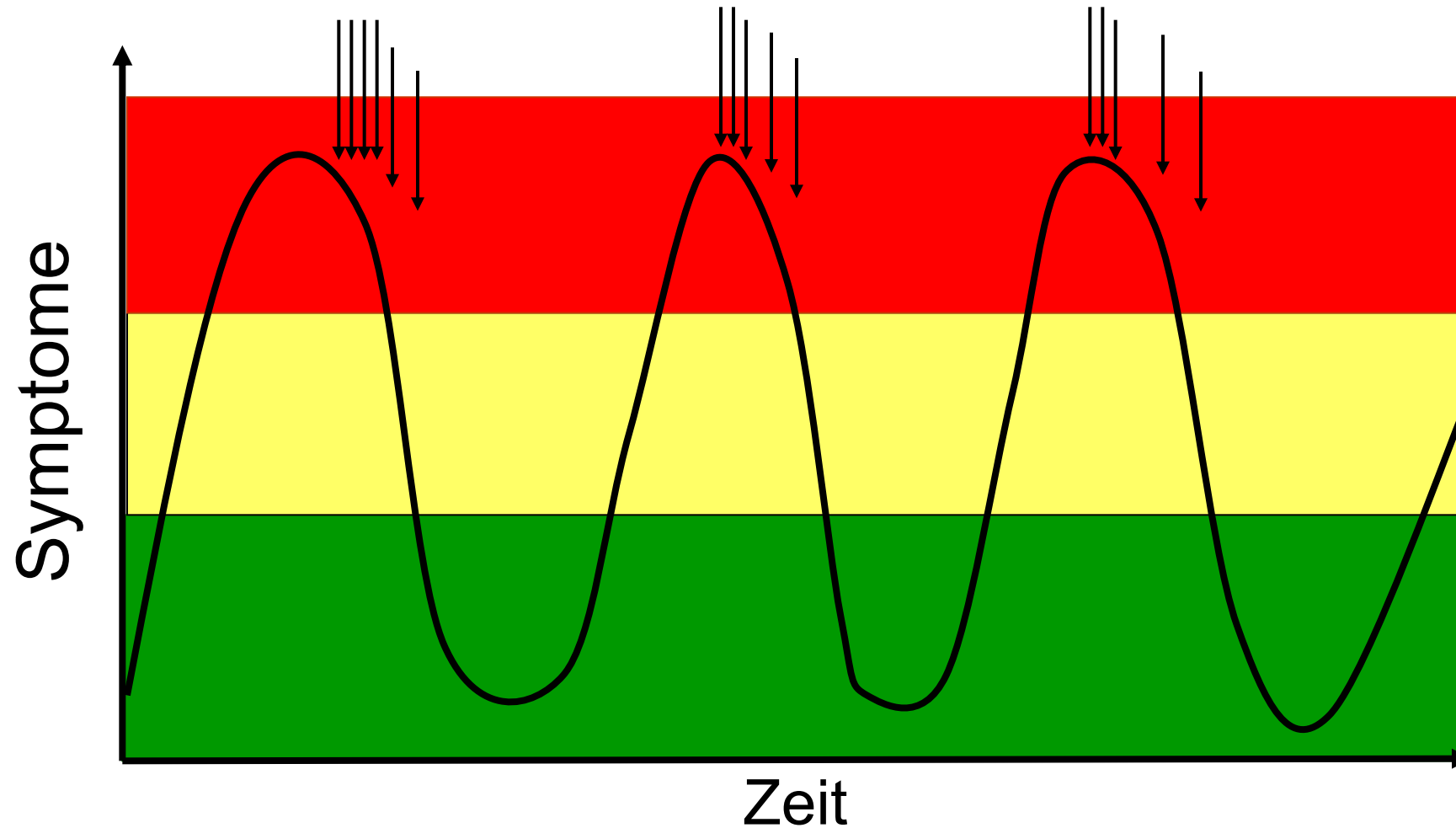
Je teurer ein Präparat desto geringer die verwendete Menge pro Anwendung....

- Alle Gruppen verbesserten sich signifikant
- Kein Unterschied zwischen den Gruppen...

→ „teure Cremes“ kein Zusatznutzen?
→ konsequente Anwendung elementar!

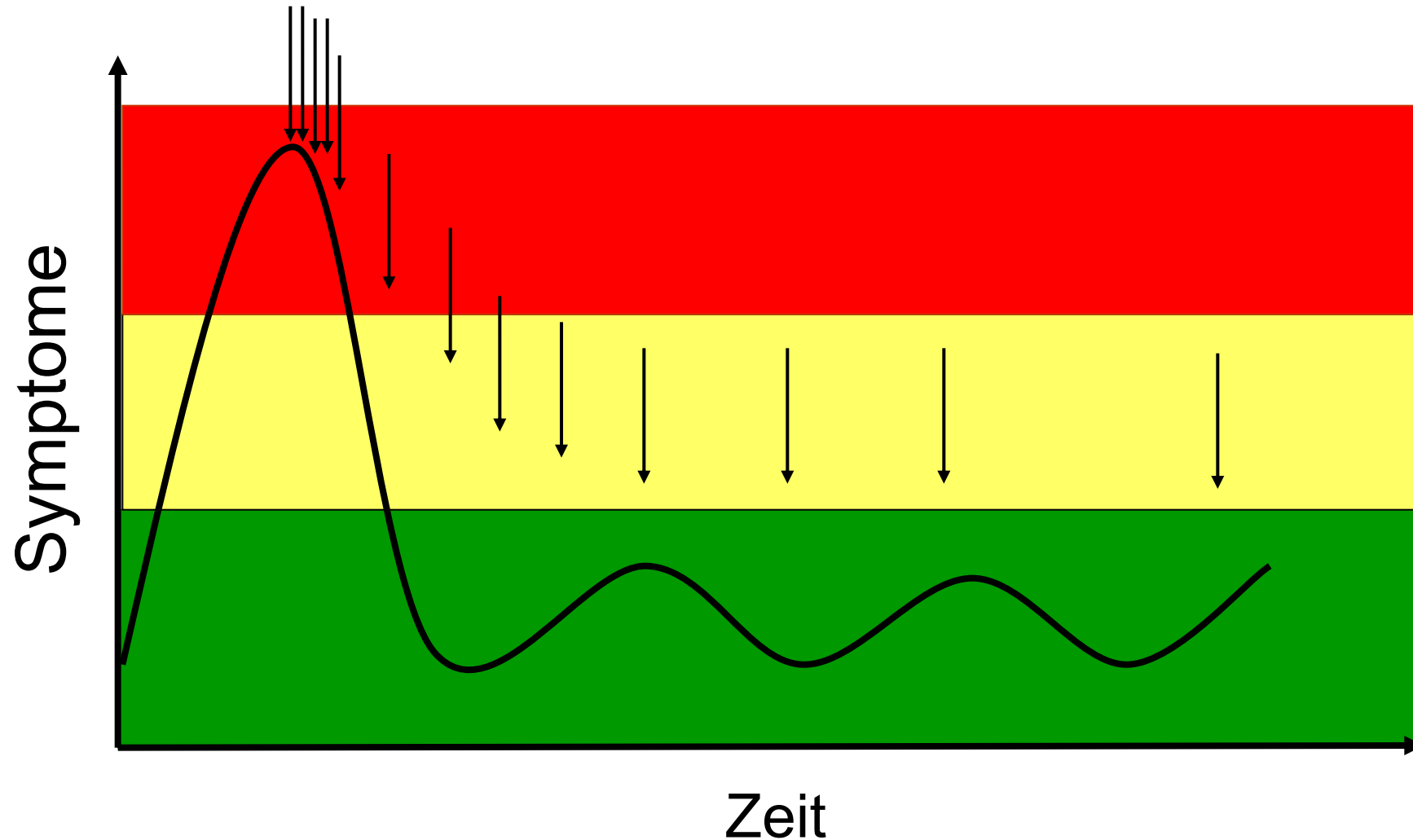
Klassische reaktive Therapiestrategie

Einsatz von äußerlichen Entzündungshemmern (Kortison, Calcineurininhibitoren)



Intermittierende proaktive Nachbehandlung

Einsatz von äußerlichen Entzündungshemmern (Kortison, Calcineurininhibitoren)

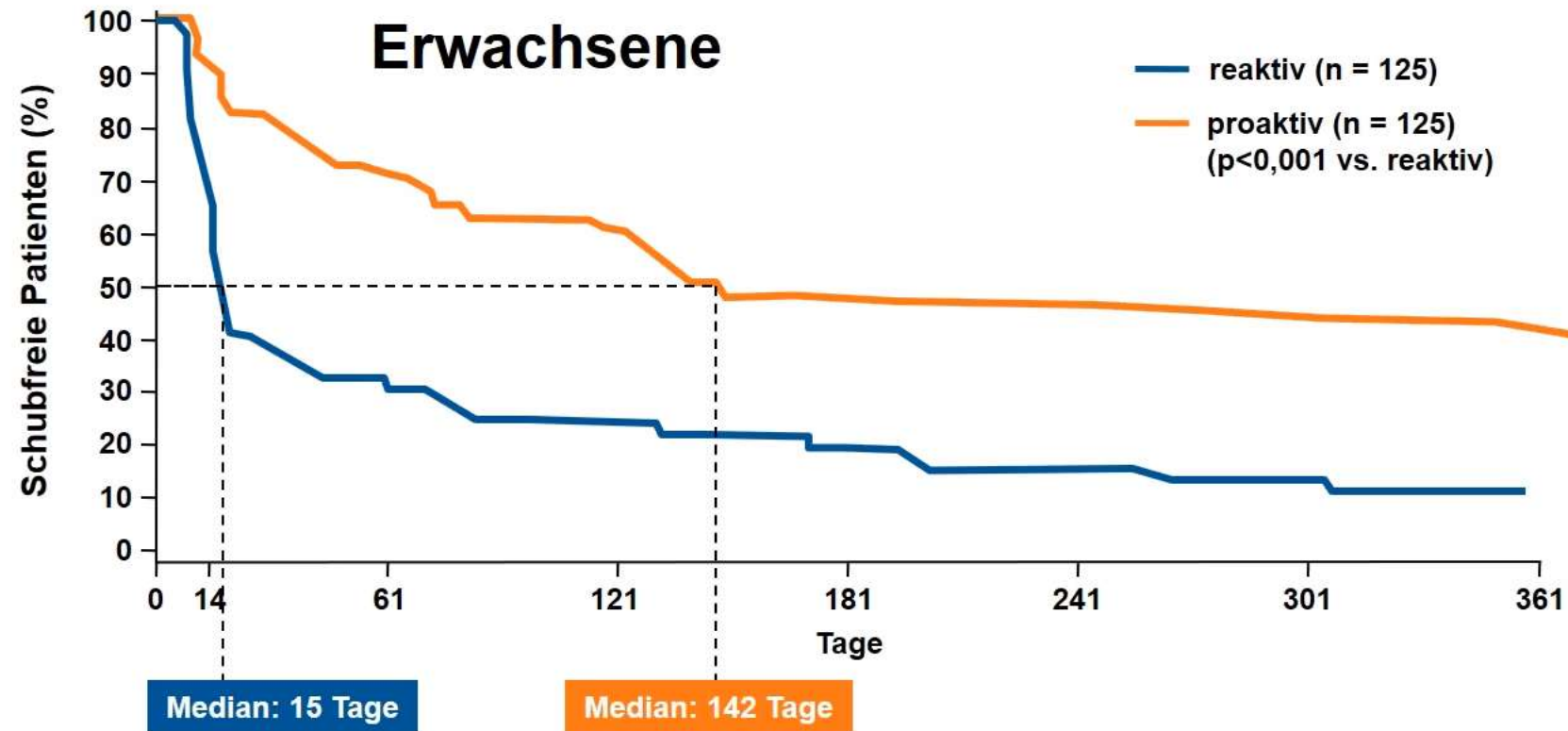


Proaktive Therapie

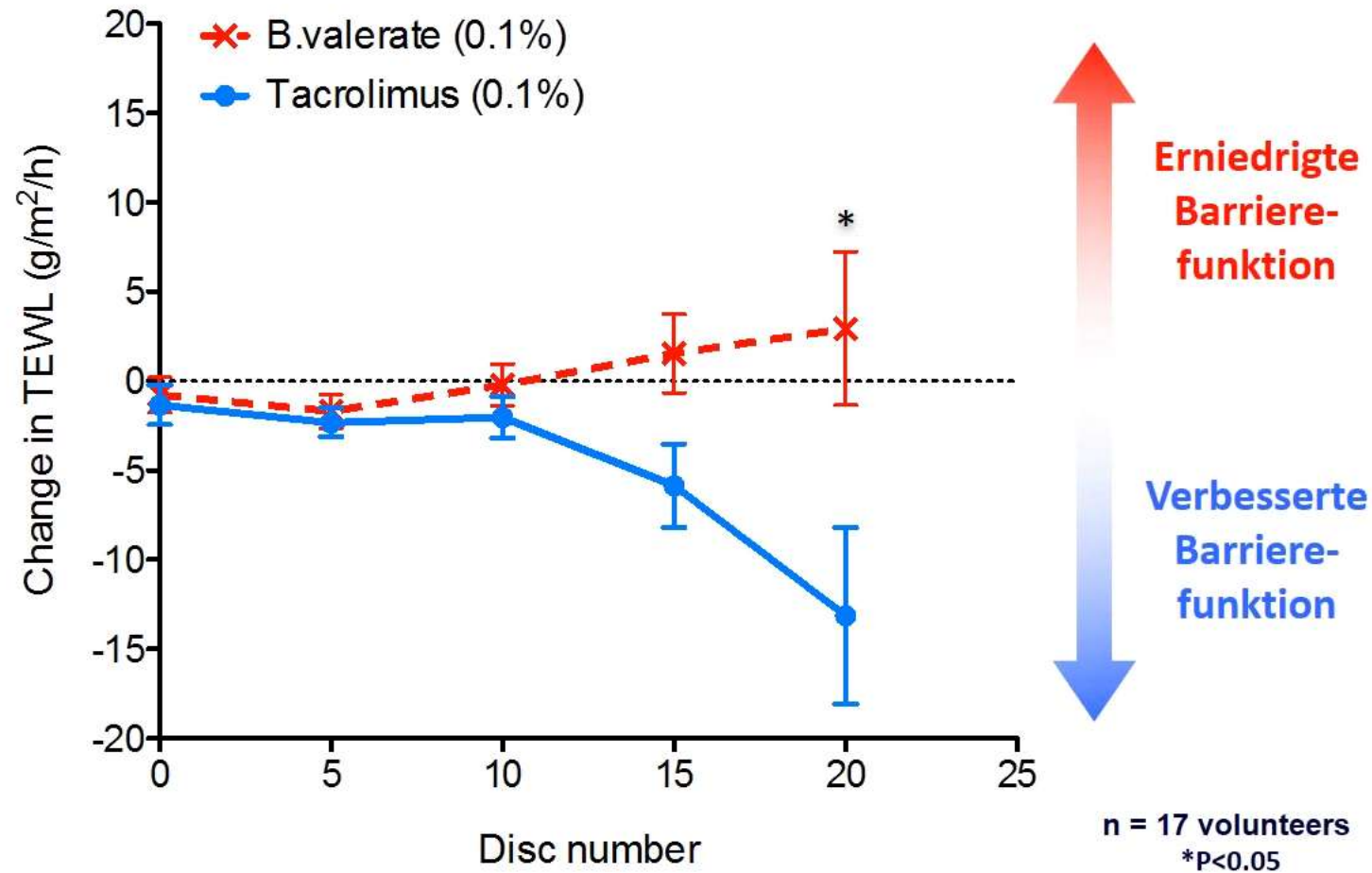
- Voraushandelnd
- Frühzeitige selbstbestimmte Initiative versus abwartendes reaktives Handeln
- Bejahung des Handelns als innere Einstellung

Proaktive Therapie verzögert signifikant die Zeit bis zum ersten Schub

Tacrolimus



8 Wochen proaktive Anwendung Wirkung von TCS und TCI auf die Barriere



Durchschnittlicher täglicher Verbrauch von Tacrolimussalbe

■ Reaktive Therapie

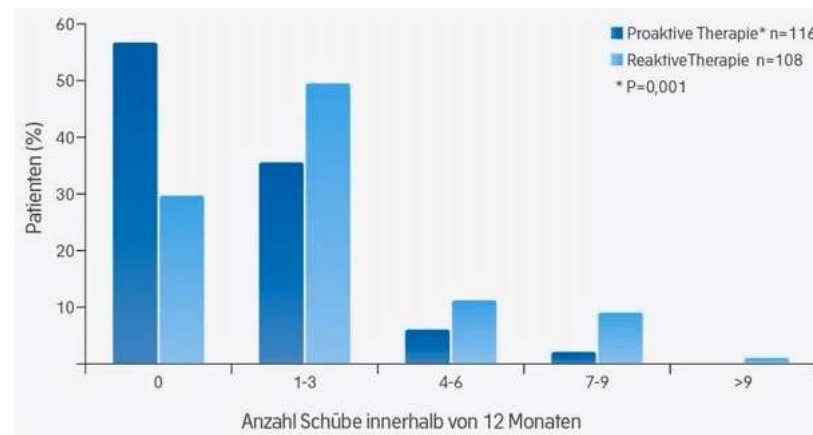
■ Mittlerer Tacrolimusverbrauch

- Krankheitskontrollphase: 0,0 g/Tag
- Exazerbation: 1,6 g/Tag
- Gesamt: 1,6 g/Tag

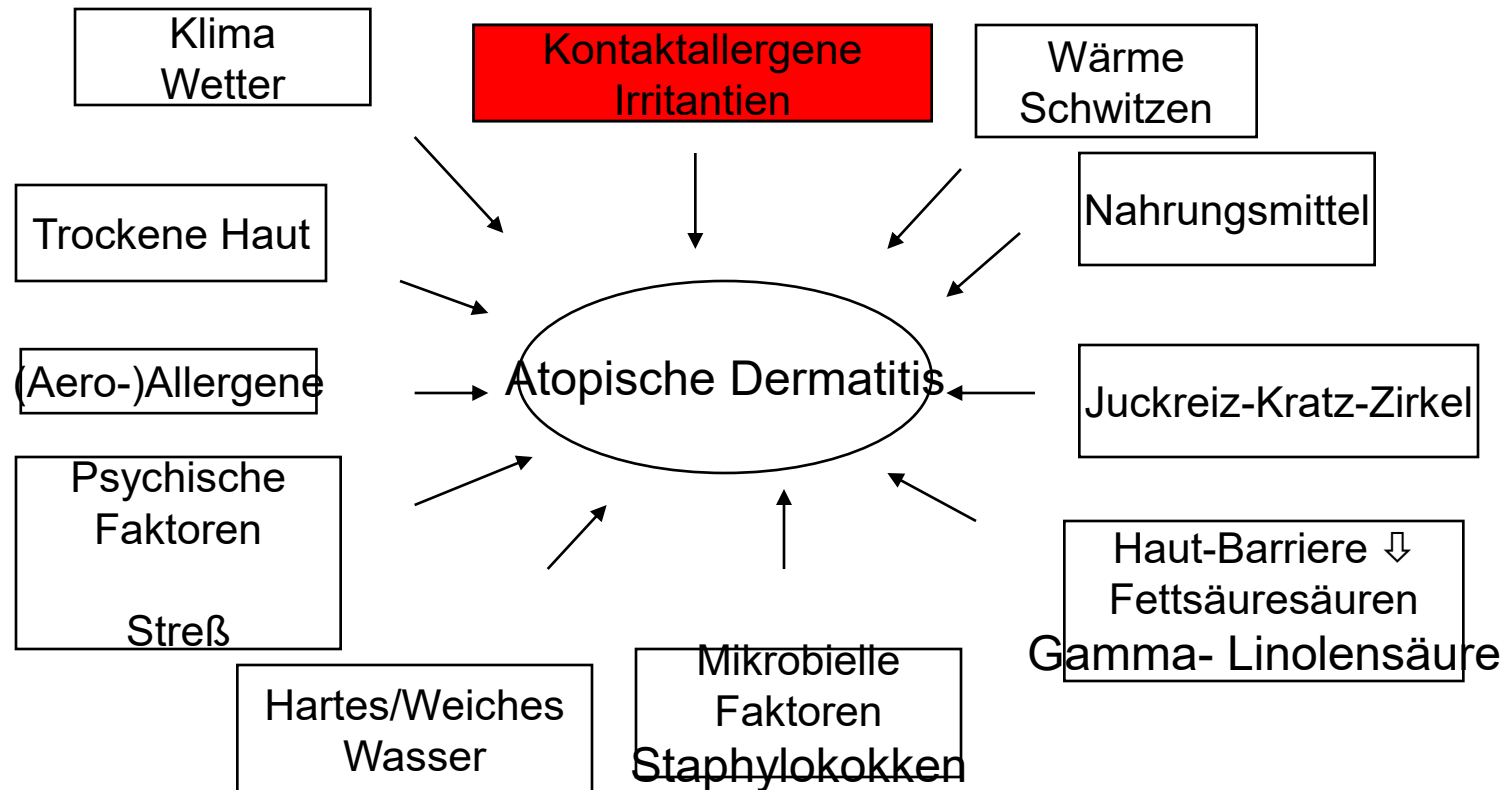
■ Proaktive Therapie

■ Mittlerer Tacrolimusverbrauch

- Krankheitskontrollphase: 1,0 g/Tag
- Exazerbation: 0,4 g/Tag
- Gesamt: 1,4 g/Tag



Atopisches Ekzem: Potentielle Auslöser

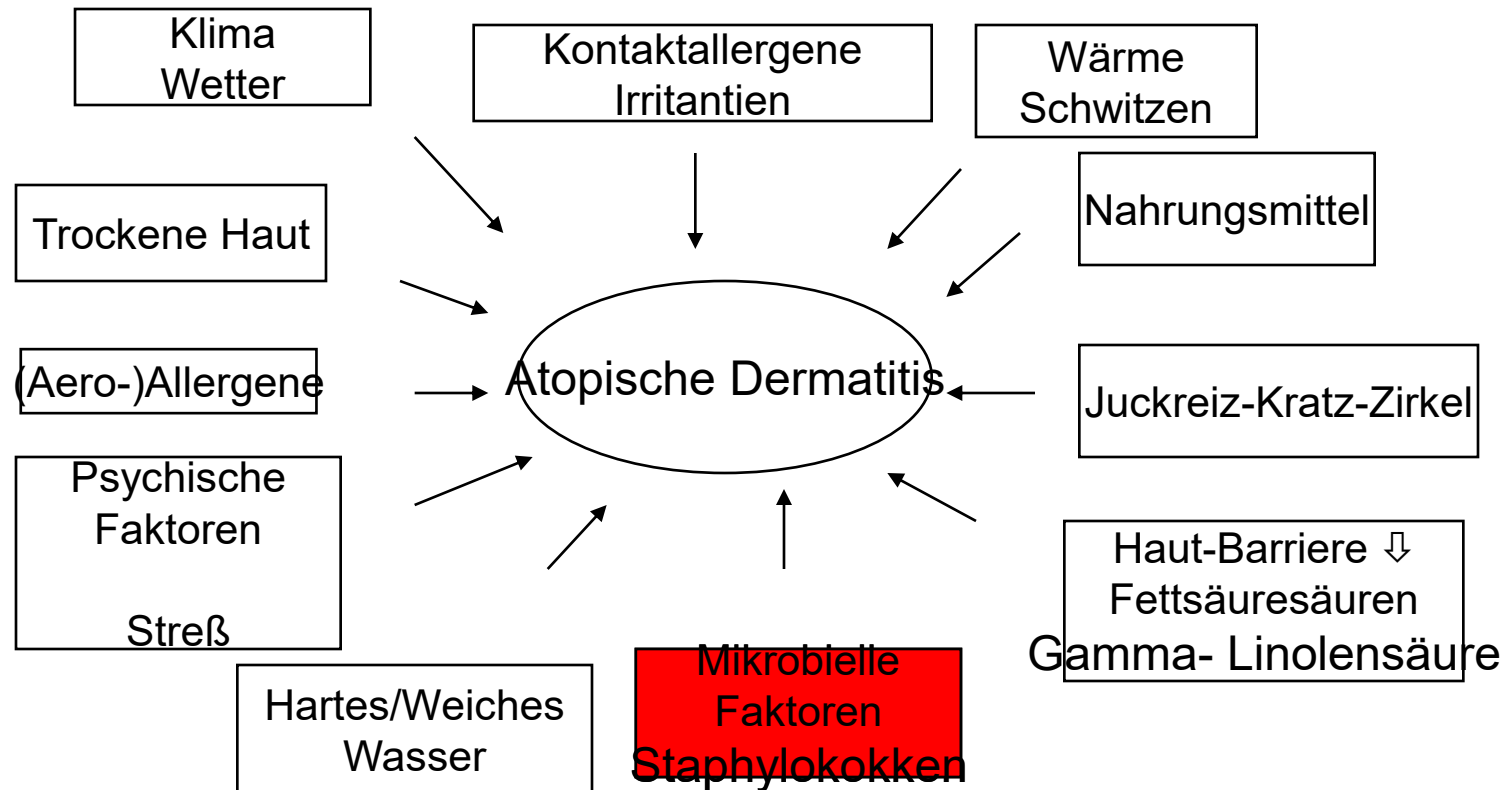


Allergisches Kontaktekzem

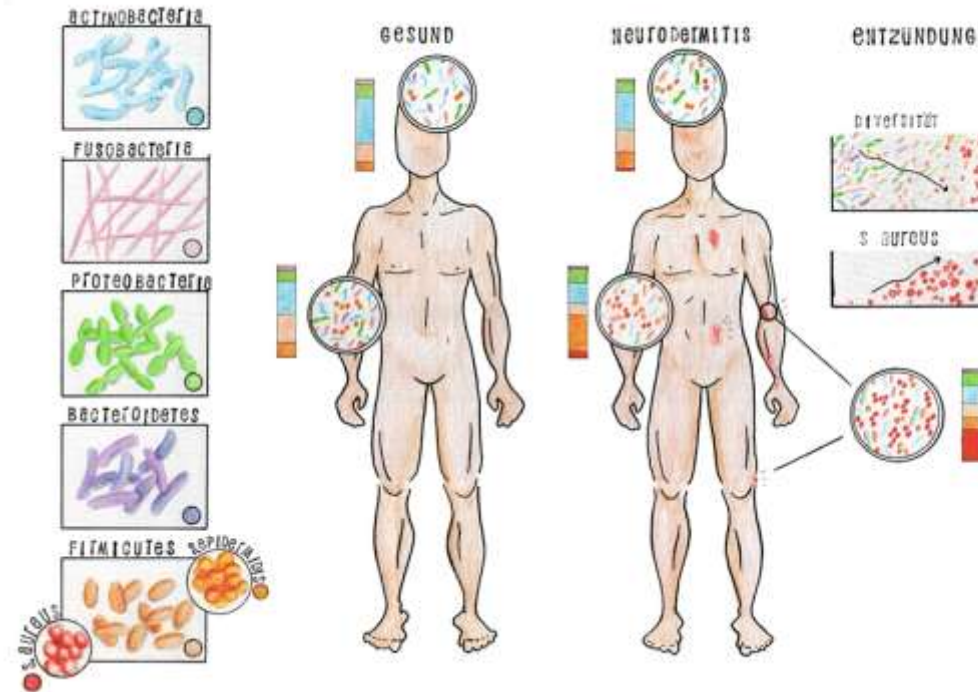
Prospektive Studie

- 93 PatientInnen
- 60,2% positiver Epikutantest
 - ☐ Farbstoffe 24,7%
 - ☐ Nickel 20,4%
 - ☐ Kobalt 12,9%
 - ☐ Isothiazolinon 8,6%
 - ☐ Quaternium 15 4,3%
 - ☐ Perubalsam 4,3%
- Beteiligung des Gesichts und Dauer der Erkrankung korrelieren positiv

Atopisches Ekzem: Potentielle Auslöser



Mikrobiom



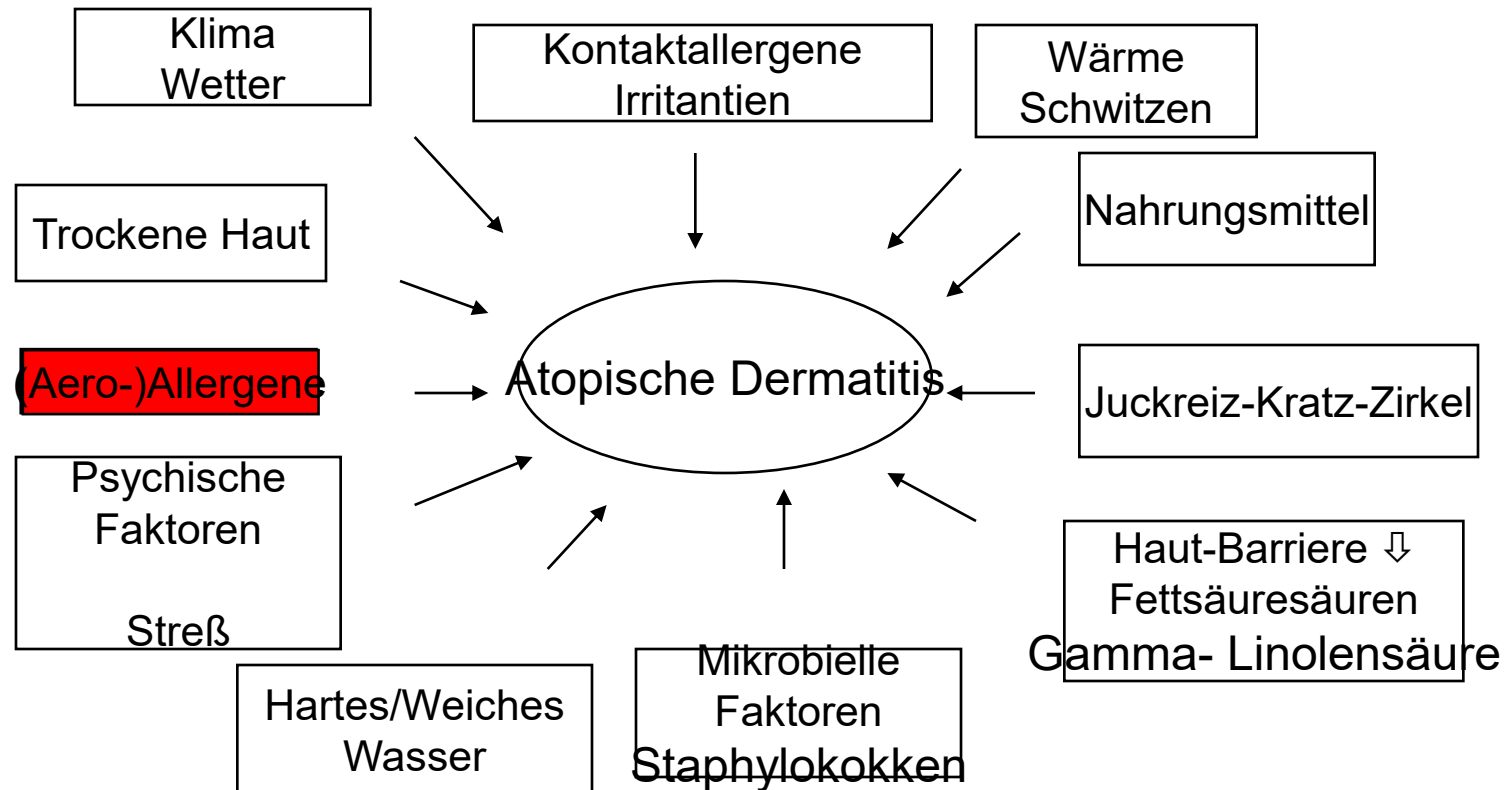
Infektionen der Haut

Komplikationen bei Neurodermitis: Infektionen

Auslöser	Symptome
Bakterien Häufigster Erreger: Staphylococcus aureus	Schmierige, eitrige, offene Stellen oder dicke gerötete Knötchen, Nässen der Haut, gelbliche Krusten
Pilze Häufigster Erreger: Trichophyton rubrum	Kreisrunde, rote, schuppende Läsionen, oft schwer von Ekzemstellen zu unterscheiden
Viren Herpesviren (!)	Kleine Bläschen mit klarem Inhalt, oft schmerzend oder juckend (Ansteckung durch Lippenherpes möglich)
Dellwarzen	Kleine erhabene Warzen, meist in gruppen, oft an Stellen mit wenigen Hautveränderungen



Atopisches Ekzem: Potentielle Auslöser

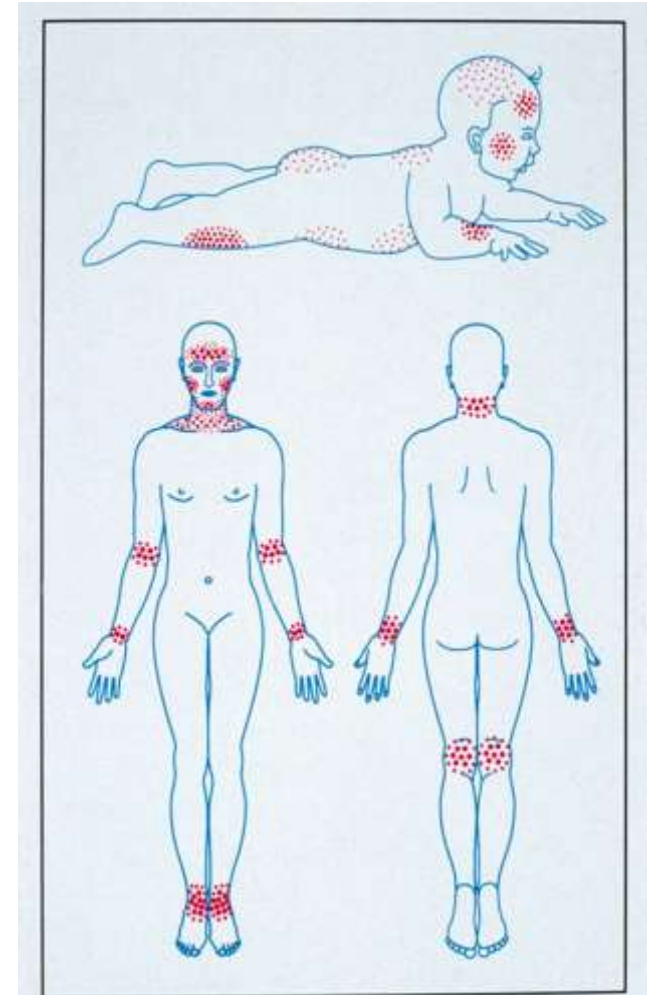


Betroffene Hautregionen

1. **Säuglingsalter bis 2 Jahren:** Ekzeme v.a. Gesicht und Kopf (Milchschorf), Streckseiten der Arme und Beine, Körperstamm
2. **Kindesalter > 2 Jahre:** typischer Beugenbefall, (evtl. beginnende Lichenifikation)
3. **Erwachsene:** Beugenbefall (ggf. mit deutlicher Lichenifikation), Lidexzem, Handekzem häufig

In allen Altersgruppen möglich:

- Entzündung der Mundwinkel
- Ohrläppchenrhagade
- Entzündung des Lippenrots (Cheilitis)



Komorbiditäten

Atopie:

Ichthyosis vulgaris
Nahrungsmittelallergie
Allergische Rhinitis/Konjunktivitis
Asthma bronchiale
Chronische Rhinosinusitis
Eosinophile Ösophagitis
Nasale Polypen
Psychosomatische Komorbidität, Schlafstörungen

Traidl S, Werfel T. Atopische
Dermatitis und internistische
Komorbiditäten Internist (Berl).
2019 Aug;60(8):792-798.

Autoimmunerkrankung

Alopecia areata
Vitiligo
Rheumatoide Arthritis
CED (deutsche KK Daten und dänisches Nationalregister)

Infektionen

Staph. aureus
Herpes simplex (Eczema herpeticatum)
Infektionen der Atemwege
Gastrointestinale Erkrankungen

¹ Radtke M. et al., J Eur Acad Dermatol Venerol 2009; 23(6):683–691.

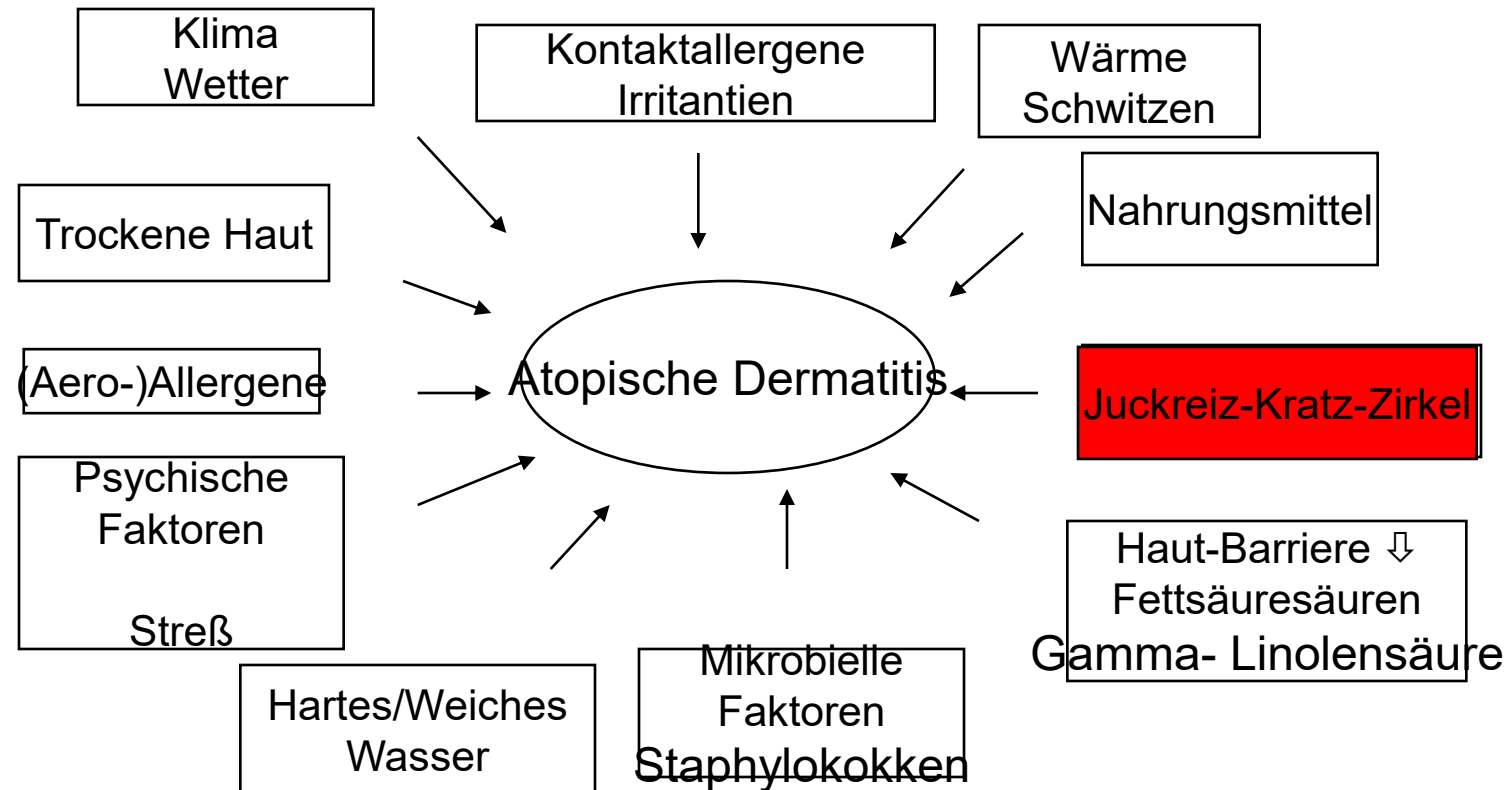
² Boehncke W.-H. et al., Hautarzt 2009; 60(2):116–121.

³ Augustin M. et al., Acta Derm Venereol 2010; 90(2): 147–151.

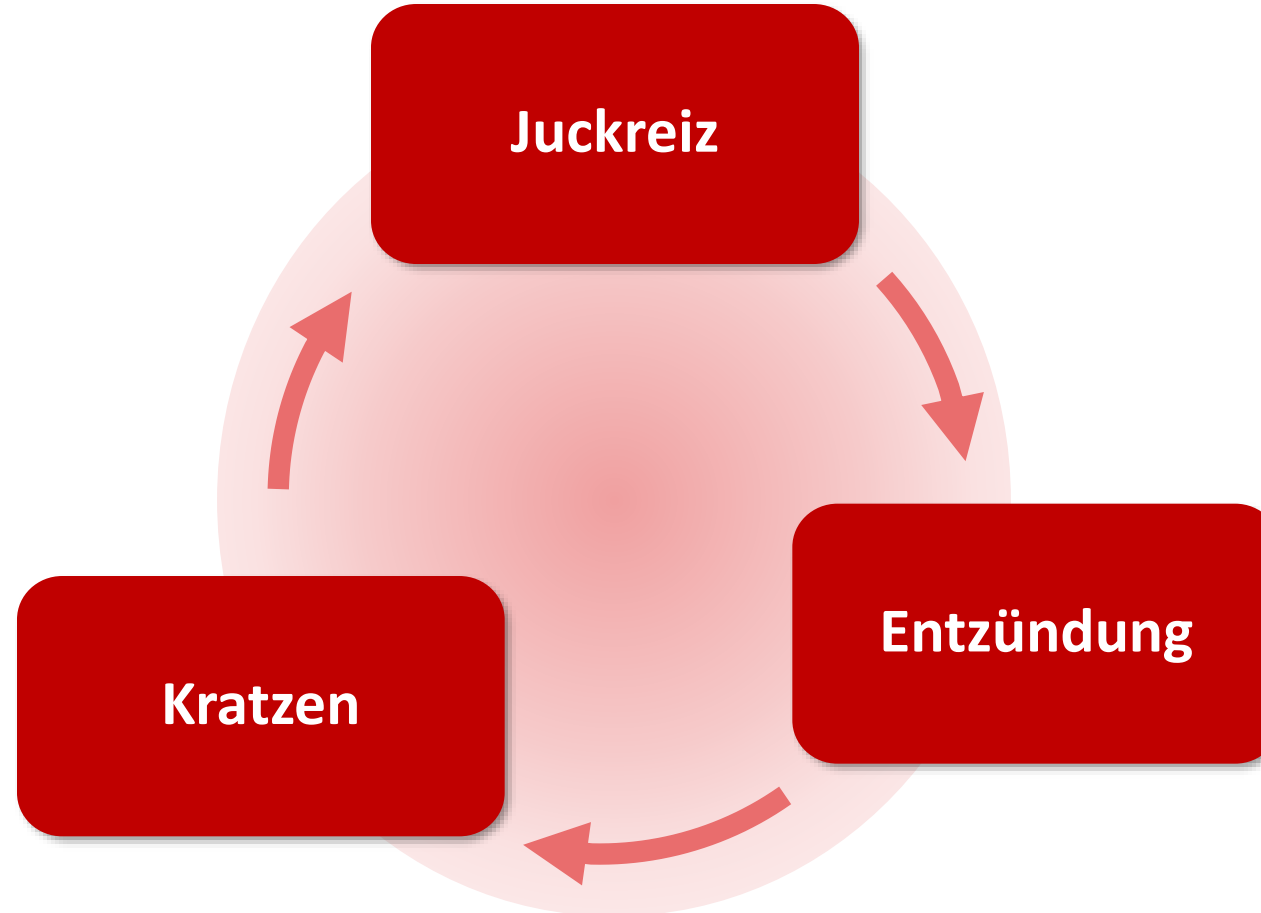
⁴ Kimball AB. et al., JEADV 2010; 24(9): 989–1004.

⁵ Gelfand J, et al. JAMA 2006; 296: 1735–1741.

Atopisches Ekzem: Potentielle Auslöser

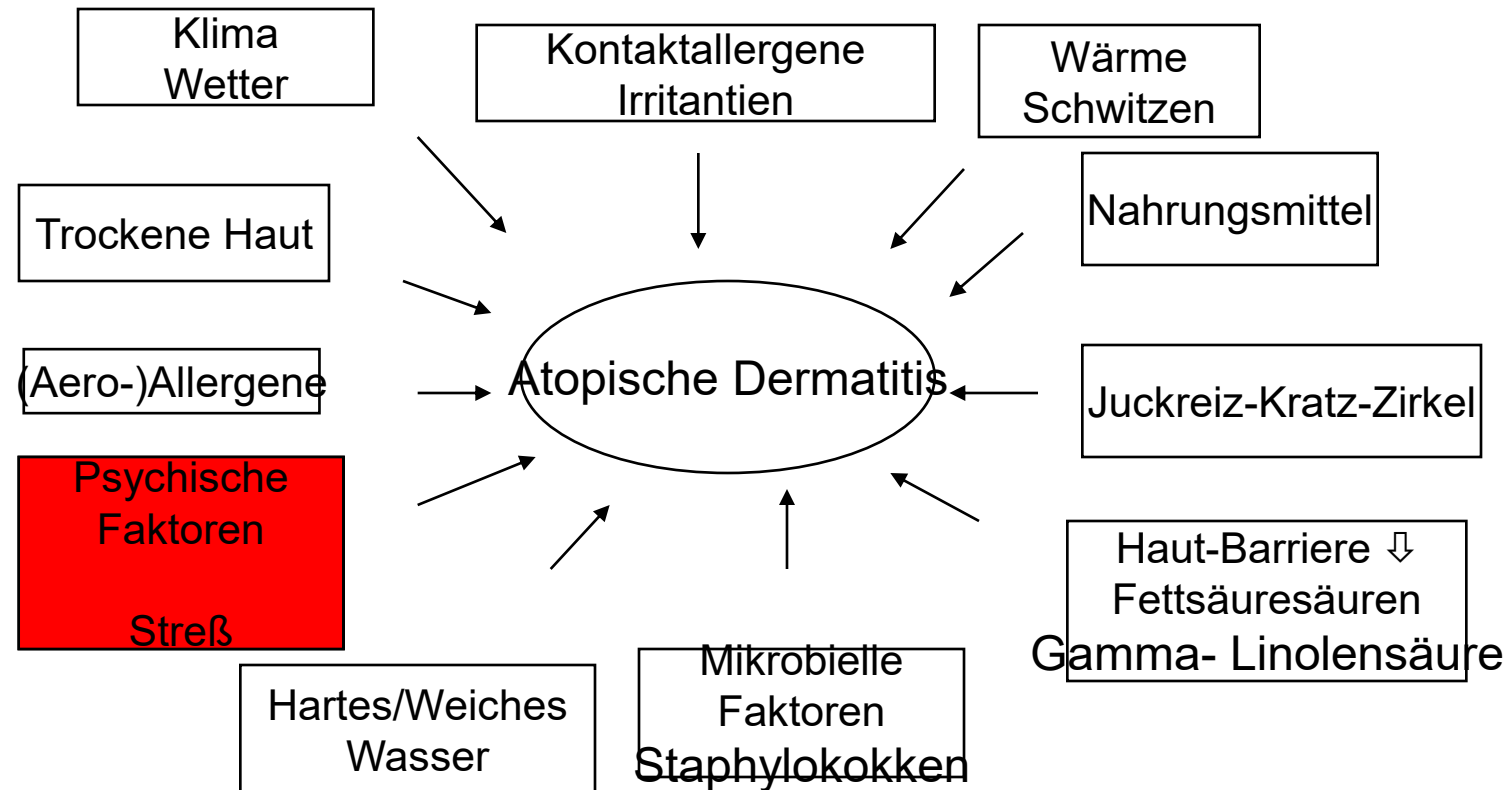


Juckreiz-Kratz-Zirkel: Wege aus dem Teufelskreis



Zur Juckreizlinderung kommen medizinische, pflegerische und psychologische Maßnahmen zum Einsatz.

Atopisches Ekzem: Potentielle Auslöser



Neuro - Dermatitis

- Haut als Spiegel der Seele, Haut als Signalgeber
- Vor der Prüfung und nach der Prüfung
- Ekzeme an der Haut machen Stress

- Haut als Spiegel der Seele
- Vor der Prüfung und der Arbeit
- Ekzeme an der Haut r



Gemeinsam aktiv gegen
Schuppenflechte



Hand in Hand gegen
Neurodermitis



Hauterkrankungen
gemeinsam begegnen

Die „Bitte berühren“-Kampagne setzt sich für Betroffene mit Schuppenflechte, Neurodermitis und weiteren chronischen Hauterkrankungen ein!

2016 wurde die Kampagne „Bitte berühren“ ins Leben gerufen, um Menschen, die an Schuppenflechte erkrankt sind, (neue) Wege zur Hilfe und Selbsthilfe aufzuzeigen. In 2021 erweiterte die Initiative ihr Angebot, um auch für Neurodermitis-Betroffene eine Stütze zu sein. Im Juni 2024 stellte sich „Bitte berühren“ noch einmal neu auf und bietet nun neben Aktionen, Geschichten und Hilfestellungen zum Thema Psoriasis und Neurodermitis auch ein Kampagnenangebot für Menschen mit weiteren chronischen Hauterkrankungen wie Vitiligo und Acne inversa.

Trigger und Schulungen

- Zeit für Gespräche und Fragen
- Vermitteln von Wissen über die Erkrankung
→ Bessere Handhabung und Bewältigung der Erkrankung
- Vermitteln von Wissen über die Therapie
- Vermitteln von Selbstmanagement-Strategien und Entspannungstechniken wie der Progressiven Muskelentspannung und verhaltenstherapeutischen Techniken wie dem Habit-Reversal
- Auffangen von Ängsten, Bedenken...
- Verbesserung des Outcomes von geschulten versus nicht geschulten Patienten
- Interaktion zwischen Betroffenen möglich

Vielen Dank

