Wohngesundheitliche Aspekte bei Neurodermitis

Inhalt

1 Vorwort 3
2 Gesundheitliche Risiken 4
2.1 Schadstoffe im Haushalt begünstigen atopische Erkrankungen 4
2.2 Hausstaubmilben und Pollen 4
2.3 Nahrungsmittel 4
2.3.1 Mehrkosten bei der Ernährung 5
3 Wohngesundheit und Neurodermitis 6
3.1 Vermeidung von Schadstoffbelastungen 6
3.2 Vermeidung von Schimmelbelastungen 7
3.2.1 Bei Baumaßnahmen 7
3.3 Räume mit möglichst gleichbleibender „Luftfeuchtigkeit“ 7
3.4 Reduktion von zusätzlichen Belastungen 7
3.5 Reduktion von extremen Küchengerüchen durch entsprechende Abluftanlagen) 7
4 Urlaub und Neurodermitis 8
5 DermoDyne - schonende Behandlungsmöglichkeit 8
5.1 Hautzentrum Wien 8
5.2 Hautärztin Dr. Sabine Schwarz 8
6 Allgemeiner Hinweis 9

Meine Empfehlungen stellen ausdrücklich keine Rechtsberatungen oder Gesundheitsberatungen dar, sondern nur persönliche Einschätzungen aus jahrzehntelanger Erfahrung mit diesen Themen und Ergebnisse umfangreicher Literaturrecherchen.

Für medizinische und juristische Fragen ist die Inanspruchnahme qualifizierter Anwälte und Umweltmediziner unerlässlich.

Bitte beachten Sie die zahlreichen erklärenden Links in dieser Stellungnahme. Sollten Sie diese Zusammenfassung in Papierform erhalten haben, so bekommen Sie die ständig aktualisierte Version als PDF mit möglichst "funktionierenden" Links unter
http://www.eggbi.eu/fileadmin/EGGBI/PDF/Neurodermitis.pdf
in meiner Schriftenreihe (kostenlose Downloads: Homepage/ Schriftenreihe)

Für die Meldung nicht mehr "funktionierender Links", inhaltlicher Fehler bin ich dankbar!

1 Vorwort

Neurodermitis wird sehr oft als „vererbte“ Krankheit bezeichnet- die Ursachen sind aber nach wie vor nicht eindeutig definierbar.

Experten sehen ein komplexes Krankheitsgeschehen und einen sehr individuellen Verlauf im Zusammenspiel zwischen genetischen Faktoren, immunologischen Veränderungen und **„Umwelteinflüssen“** (chemischer, physikalischer und psychologischer Art).

ICD-10-WHO Kennzeichnung: Dermatitis und Ekzem (L20-L30) Quelle DIMDI Kapitel XII

"In Deutschland leiden ca. 13% aller Kinder und ca. 2% aller Erwachsenen zumindest zeitweilig unter einer atopischen Dermatitis (AD).

Die AD ist eine chronische oder chronisch-rezidivierende, nicht kontagiöse Hauterkrankung, deren klassische Morphologie und Lokalisation altersabhängig unterschiedlich ausgeprägt ist und die zumeist mit starkem Juckreiz einhergeht.

Die Erkrankung weist unterschiedliche Schweregrade auf, wobei die Mehrheit der Patient:innen unter einer leichteren Form der AD leidet.

Je nach Lokalisation und Ausdehnung der AD (bis hin zur Erythrodermie) kann es sich jedoch um eine schwere Hauterkrankung handeln, die die Lebensqualität deutlich und langfristig mindert.

Häufigere Komplikationen der AD stellen Infektionen wie disseminierte Impetiginisation durch Staphylococcus aureus, virale Infektionen oder Mykosen dar. Ein signifikanter Anteil der Patient:innen (je nach Studie 50 - 80 %) weist IgE-vermittelte Sensibilisierungen gegen Aeroallergene und/oder Nahrungsmittelallergene auf, die z. T. in Assoziation mit einer Rhinokonjunktivitis allergica, einem allergischen Asthma bronchiale oder einer klinisch relevanten Nahrungsmittelallergie auftreten (extrinsische Form der AD).

Hiervon wird eine Form abgegrenzt, bei der das klinische Bild identisch ausgeprägt sein kann, jedoch keine entsprechende Sensibilisierung nachzuweisen ist (nicht-allergische oder intrinsische Form).

Die Behandlung der AD und ihrer Komplikationen verlangt eine qualifizierte medizinische Betreuung. Die Hauterkrankung selbst und mit der AD verbundene Faktoren, insbesondere der oft fast unerträgliche Juckreiz, können zur Beeinträchtigung der Lebensqualität, der Schul- oder Arbeitsleistungen sowie zu Schwierigkeiten im sozialen Umfeld und zu Depressionen führen". (AWMF- Leitlinie, 2023)

***"Neurodermitis** ist nicht nur eine Erkrankung – vielmehr gehen Forscherinnen und Forscher heute davon aus, dass es viele Untergruppen gibt – die **Endotypen**[1]. Es gibt viele Faktoren, die eine bereits bestehende Erkrankung verschlimmern und zu neuen Schüben führen können. Bekannt ist, dass oft das Wetter eine Rolle spielt. Die Sonne tut vielen Neurodermitis-Betroffenen gut. Sie hat auch antientzündliche Wirkungen. Im Winter dagegen trocknet die Haut leichter aus und ihr Zustand verschlechtert sich.* "Allergieinformationsdienst"

[1] *"Die Daten deuten auf spezifische Endotypen bei Säuglingen und Kleinkindern, Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit AD hin. Somit sind altersspezifische Therapiestrategien in Zukunft besser als eine generelle altersunabhängige Therapiestrategie. Die Ergebnisse lassen auch vermuten, dass sogar Jugendliche ein anderes Immunprofil als Erwachsene aufweisen, das ein geringeres Ansprechen auf den IL-4-Rezeptor-Antagonisten Dupilumab bei Jugendlichen im Vergleich zu Erwachsenen erklären könnte."* (Behandlung der atopischen Dermatitis bei Vorschulkindern)

2 Gesundheitliche Risiken

2.1 Schadstoffe im Haushalt begünstigen atopische Erkrankungen

"*Dr. med. Birger Heinzow vom schleswig-holsteinischen Umweltministerium verwies darauf, dass es durch die Verfeinerung der diagnostischen Instrumente gelungen sei, prä- und postnatale Schadstoffbelastungen auf die Endpunkte des Zentralen Nervensystems ZNS durch Umweltkontamination nachzuweisen.*

Dadurch sei es möglich, Hintergrundbelastungen zu erkennen, die den Grenzbereich überschritten hätten.

Die chemischen und physikalischen Belastungen durch Materialien, die in Teppichen, Möbeln, Farbanstrichen und anderem enthalten seien, könne früher und eingehender analysiert und auf ihre schädliche Wirkung auf den menschlichen Organismus generell und auf den kindlichen Organismus im Besonderen geprüft werden.

Dies erfordere entsprechend strengere Zulassungskriterien für die im Haushalt verwendeten Materialien. Geprüft werden müsse deshalb, inwieweit von ihnen Krankheiten wie Asthma, ***Neurodermitis*** *oder Allergien gefördert oder gar ausgelöst würden.*
Besonders strenge Maßstäbe seien bei Spielzeug anzulegen. Farben und Lacke bei Holzspielzeug beispielsweise müssten frei von Ausdünstungen und von Abgaben schädlicher Partikel auch nur in kleinsten Mengen sein".(Quelle)

2.2 Hausstaubmilben und Pollen

Andere Allergene wie ***Hausstaubmilben*** *in Räumen und* ***Pollen an der Außenluft*** *tragen ebenfalls oft zu einem* ***Neurodermitis-Schub*** *bei. Umstritten waren lange die schädlichen Wirkungen von Zigarettenrauch. Es gab bis in die jüngste Zeit hinein widersprüchliche Studienergebnisse. Jetzt hat eine Übersichtsstudie frühere Vermutungen bestätigt: Je mehr Tabakrauch Kinder einatmen müssen, umso höher ist ihr Risiko, an einer Neurodermitis zu erkranken.* "Allergieinformationsdienst"

2.3 Nahrungsmittel

Können(!) bei Neurodermitis ebenfalls einen wesentlichen "Triggerfaktor" darstellen - entsprechend schadstoffminimierte Ernährung ist daher unbedingt angesagt.

Vor allem sind Lebensmittelfarbstoffe, Konservierungsstoffe und Geschmacksverstärker ebenso wie Pestizide aus konventioneller Landwirtschaft möglichst zu meiden

"Da bei gegebener Veranlagung manche Lebensmittel als Trigger wirken, können bei einem Teil der Patienten die Hauterscheinungen durch eine Elimination bestimmter Lebensmittel positiv beeinflusst werden. Die Austestung erfolgt in Form einer Auslassdiät, bei der potentielle Lebensmittel unter Beobachtung konsequent weggelassen werden. Diese sollte aber nur in Absprache und unter Aufsicht von Ernährungsfachkräften durchgeführt werden. Bessert sich unter der Eliminationsdiät der Hautzustand, so erfolgt ein Kostaufbau, bei dem im Abstand von 4 bis 6 Tagen jeweils ein Lebensmittel eingeführt wird. Durch entsprechende Kontrollen des Hautbefundes lassen sich so die Lebensmittel erkennen, die eine Überempfindlichkeitsreaktion auslösen."

"Eine allgemeingültige Ernährungstherapie bei Neurodermitis gibt es nicht, da jeder Betroffene unterschiedlich reagiert. Generell gilt: Eine ausgewogene Ernährung und eine allgemein gesunde Lebensweise sollten in jedem Fall angestrebt werden. Nahrungsmittel sollten nur gemieden werden, wenn eine Unverträglichkeit besteht." mein-allergie-portal

Weitere Infos dazu
"Ernährung bei Neurodermitis"

2.3.1 Mehrkosten bei der Ernährung

Fälschlicherweise wird vom Deutschen Verein, **auf den sich viele Jobcenters berufen,** wenn es um Mehraufwand für gesundheitsbedingt teurere Ernährung handelt,

Neurodermitis als "Überempfindlichkeit von Haut und Schleimhäuten auf genetischer Basis" bezeichnet - obwohl Experten durchaus auch Umwelteinflüsse, Schadstoffe in Wohnung und Ernährung als Verursacher oder verstärkende Komponente von Neurodermitis bezeichnen.

Grundsätzlich unverständlich ist ohnedies, dass sich manche Behörden auf die Aussagen eines privaten Vereins berufen, ohne entsprechende fachliche Bewertungen anerkannter medizinischer Gremien einzuholen. (Aufzählung von Krankheiten des "Deutschen Vereines", Seite 7)

Auch MCS (Chemikaliensensitive) Kranke werden von diesem Verein immer wieder unter Berufung auf diese Liste ausgeschlossen.
Als Argument gilt dabei – ebenso wie bei Neurodermitis der verweis auf nicht unterstützungserforderliche "Vollkost".[2]

Grundsätzlich sieht der Gesetzgeber auch für Bürgergeldempfänger die Gewährung für Mehrbedarf vor:

Antragsformular

Erwerbsfähige Hilfebedürftige, die **krankheitsbedingt kostenaufwändige Ernährung benötigen**, können hierfür einen Mehrbedarf erhalten.

Tatsächliche Mehrkosten am Beispiel Minimierung von Pestiziden in Lebensmitteln:

Pestizide in Lebensmitteln der Erwerb möglichst "pestizidfreier Lebensmittel" stellt den Verbraucher aber grundsätzlich vor nahezu unüberwindbare Herausforderungen.

Unverträglichkeit in Lebensmitteln
Wie vermeide ich Pestizide in Lebensmitteln (Verbraucherzentrale)
"Obst und Gemüse aus ökologischem Anbau sind weitgehend rückstandsfrei und daher zu bevorzugen" -
Besser Bio-Lebensmittel als Pestizide (Zentrum der Gesundheit)
Essen ohne Pestizide (Greenpeace)

Es müsste den Bearbeitern in Jobcentern
ebenso wie Finanzämtern bei der Anerkennung von gesundheitlich bedingtem "Mehraufwand" sehr wohl bewusst sein, dass solche Produkte durchwegs teurer sind als normale Handelsware.

Durch unzureichende medizinische Kenntnisse vieler Sachbearbeiter werden dennoch immer wieder Anträge diesbezüglich abgelehnt.

Wir empfehlen in solchen Fällen unbedingt Einspruch zu erheben!

[2] Zitat Seite 8: "*Für diese Erkrankungen war bereits in den vorhergehenden Empfehlungen des Deutschen Vereins aus dem Jahr 2008 „Vollkost" als medizinisch angemessene Ernährung erkannt worden, sodass ein krankheitsbedingt* ***erhöhter Ernährungsbedarf regelmäßig auszuschließen war****." (???)*

3 Wohngesundheit und Neurodermitis

a) Vermeidung von Schadstoffbelastungen generell, die nicht nur an der Hautoberfläche „wirksam“ werden können, sondern auch durch die allgemeine Schwächung des Immunsystems den Krankheitsverlauf negativ beeinflussen können
b) Ausschluss von Raumluftbelastungen durch Schimmel
c) möglichst Räume mit gleichmäßiger Raumluftfeuchte zu schaffen, um vor allem auch ein „Austrocknen“ der Haut zu vermeiden.
d) Reduktion von zusätzlichen wirksamen Belastungen wie z.B. „Pollen“ durch entsprechende Planung von Wohnungseingängen, Pollenfiltern etc.

3.1 Vermeidung von Schadstoffbelastungen

Nur durch eine extrem gewissenhafte Baustoffauswahl kann erreicht werden, dass sich die Gesamtbelastungen an Emissionen in Räumen möglichst niedrig halten.

Leider gibt es dafür derzeit noch sehr wenigen Orientierungshilfen für den Verbraucher.

Gesetzliche Vorgaben befassen sich vorwiegend mit der Reduktion „toxischer“ Stoffe, ebenso wie die meisten „Gütezeichen“ berücksichtigen sie aber wenig oder kaum „sensibilisierende, allergenisierende“ Inhaltsstoffe, die sich nicht nur in vielen Produkten der Bauchemie, sondern auch in sogenannten „Naturbaustoffen“ finden können(!).

Vor allem der Einsatz von Bioziden in Baustoffen und "Haushalts- und Gartenchemie" (siehe dazu "Schwarze Liste der Pestizide") sollte vor allem auch wegen deren Auswirkungen auf das Immunsystem generell ebenfalls möglichst vermieden werden.

Siehe dazu auch: Gesundheitsrisiken in Gebäuden

Hilfestellung bietet sensitiven Verbrauchern bei der Produktauswahl unter anderem die Hotline von EGGBI.

3.2 Vermeidung von Schimmelbelastungen

Sehr oft sind Schimmelbelastungen nicht „optisch“ erkennbar – Schimmelsporen stellen aber eine extreme Belastung für viele Neurodermitis Betroffene dar.
Beispiel: Staphylococcus aureus
Siehe auch: "der versteckte Krankmacher"

Bei Verdacht auf Schimmelbelastung sollte hier auf jeden Fall eine Raumluftprüfung durchgeführt werden.

3.2.1 Bei Baumaßnahmen

ist im Hinblick auf „Schimmelvermeidung“ auf eine fachgerechte Ausführung und vor allem auf eine Vermeidung von „Wärmebrücken“ (umgangssprachlich auch oft als „Kältebrücke“ bezeichnet) besonders auch bei nachträglichen Dämmmaßnahmen) und der fachgerechten Errichtung der „Luftdichtheitsebene“ zu achten.

3.3 Räume mit möglichst gleichbleibender „Luftfeuchtigkeit“

Neben zeitgemäßen Lüftungskonzepten – angepasst dem jeweils energetischen Standard des Gebäudes können auch hier bereits bei der Baustoffauswahl entscheidende Weichen gestellt werden.

Feuchtigkeitsregulierende Baustoffe (emissionsgeprüfte Naturdämmstoffe), Lehm- und Kalkputze gehören dazu ebenso wie eine diffusionsoffene Bauweise, die über den Jahresverlauf einen optimierten Feuchtigkeitsausgleich gewährleisten können.

Natürlich gibt es auch „Raumluftbefeuchter“ – hier ist aber zu beachten, dass es zu keiner „Verkeimung“ kommen darf, die eine zusätzliche gesundheitliche Belastungen schaffen kann.

3.4 Reduktion von zusätzlichen Belastungen

Die Vermeidung von Pollenbelastungen, Hausstaubbelastungen, Milben, Bioziden sollte soweit als möglich bereits durch planerische Maßnahmen beim Gebäudebau und der späteren Gebäudenutzung berücksichtigt werden (Umkleidemöglichkeit im Eingangsbereich, Pollenfilter in Fenstern und Lüftungsanlagen, zentrale Hausstaubsauganlagen, regelmäßige Reinigung von Teppichen und Matratzen,

3.5 Reduktion von extremen Küchengerüchen durch entsprechende Abluftanlagen)

- Grundanforderungen an "wohngesunde Gebäude"
- Anforderungen an Produktinformationen

Grundsätzliche Empfehlung bei Hauskauf, Suche nach Mietwohnung:
eine umfassende Raumluftuntersuchung
siehe dazu auch:
Neubau- Kauf- Miete- Sanierung

4 Urlaub und Neurodermitis

Meeraufenthalt ist ausdrücklich empfohlen:

Sowohl der Salzgehalt von Luft und Wasser als auch der Einfluss der Sonne führen oft zu einer deutlichen Linderung des Juckreizes. Meeresluft regt zudem den Stoffwechsel von Neurodermitis-Patienten an.

Wichtig sind beim Badeurlaub vor allem die richtige Hautpflege und ausreichender Sonnenschutz:
Neurodermitis- Hautwissen- Urlaub

Grundsätzlich sollte aber der behandelnde Hautarzt vor einem Urlaub konsultiert werde, da dieser am besten die individuellen Verträglichkeiten und Risiken abschätzen kann.

Natürlich sollte auch bei der Hotelauswahl berücksichtigt werden, möglichst Informationen bezüglich der "baulichen Gegebenheiten" (Raum- Schadstoffe), Ernährungsangebot und möglicherweise unmittelbares Hotelumfeld, (beispielsweise Feuchtegebiet mit Pestizid-Einsatz gegen Mückenplage etc.) bereits im Vorfeld einzuholen.

Siehe dazu auch:
Urlaub für Allergiker und Sensitive

5 DermoDyne - schonende Behandlungsmöglichkeit

DermoDyne®-Lichttherapie

Bei der DermoDyne® Lichtimpfung® handelt es sich um eine neuartige Hautbestrahlung mit gepulstem Blaulicht, die keine schädlichen UV-Anteile enthält.
Monate- und zum Teil jahrelange Wirkungen wurden u.a. bei Patienten mit Neurodermitis, Nahrungsmittel-allergien mit Hautbeteiligung, Schuppenflechte und Psoriasis mit Gelenkbeteiligung beobachtet.

Angeboten unter anderem:

LMU München

Dr. med. Maximilian Kroiß
Hautarzt, Allergologie
Max-Bronold-Straße 11
93326 Abensberg
Tel.: 09443 - 2328
Fax: 09443 - 992014
Mail: info@regensburg.lichtklinik.de

PD Dr. med. Detlef Becker
Hautklinik und Poliklinik der Universitätsmedizin,
Langenbeckstr. 1,
55131 Mainz
Tel.: 06131 17–3679
Fax: 06131 17–4379
alexandra.hild@unimedizin-mainz.de

5.1 Hautzentrum Wien
5.2 Hautärztin Dr. Sabine Schwarz
Adresse/Kontakt:
Niederhofstrasse 39
1120 Wien
Tel. 01 817 49 93 - 0
e-mail: **info@hautzentrum-wien.at**

Achtung: Zwischenzeitlich werden auch Geräte für die "Selbstbehandlung" angeboten- ich raten aber von jeglicher Eigentherapie ohne ärztliche Aufsicht grundsätzlich ab.

Erkundigen Sie sich bei den oben angegebenen Adressen, welche Ärzte sich in Ihrer Region inzwischen mit dieser Lichttherapie ernsthaft befassen.

6 Allgemeiner Hinweis

Es handelt sich hier nicht um eine wissenschaftliche Studie, sondern lediglich um eine Informationssammlung und Diskussionsgrundlage.

Gerne ergänze ich diese Zusammenfassung mit " glaubwürdig belegten" Beiträgen und Gegendarstellungen.

*EGGBI berät **vor allem** Allergiker, Chemikaliensensitive, Bauherren mit besonderen Ansprüchen an die Wohngesundheit sowie Schulen und Kitas und geht daher bekannter Weise von überdurchschnittlich hohen – präventiv geprägten - Ansprüchen an die Wohngesundheit aus.*

EGGBI Definition "Wohngesundheit"

Ich befasse mich in der Zusammenarbeit mit einem umfangreichen internationalen Netzwerk von Instituten, Architekten, Baubiologen, Umweltmedizinern, Selbsthilfegruppen und Interessensgemeinschaften ausschließlich mit gesundheitlich relevanten Fragen
bei der Bewertung von Produkten, Systemen, Gebäuden und auch Gutachten – unabhängig von politischen Parteien, Baustoffherstellern, Händlern, „Bauausführenden“, Mietern, Vermietern und Interessensverbänden.

Sämtliche "allgemeinen" Beratungen der kostenfreien Informationsplattform erfolgen ehrenamtlich, und es sind daraus keinerlei Rechts- oder Haftungsansprüche abzuleiten. Etwaige sachlich begründete Korrekturwünsche zu Aussagen in meinen Publikationen werden kurzfristig bearbeitet. Für die Inhalte von „verlinkten“ Presseberichten, Homepages übernehme ich keine Verantwortung.

Bitte beachten Sie die allgemeinen
fachlichen und rechtlichen Hinweise zu EGGBI Empfehlungen und Stellungnahmen

Für den Inhalt verantwortlich:
Josef Spritzendorfer
Mitglied im Deutschen Fachjournalistenverband DFJV
Gastdozent zu Schadstofffragen im Bauwesen

spritzendorfer@eggbi.eu

D 93326 Abensberg
Am Bahndamm 16
Tel: 0049 9443 700 169

Kostenlose Beratungshotline

Ich bemühe mich ständig, die Informationssammlungen zu aktualisieren. Die aktuelle Version finden Sie stets unter EGGBI Schriftenreihe und
EGGBI Downloads

Beratung von Eltern, Lehrern, Erziehern:
Die Tätigkeit der Informationsplattform EGGBI erfolgt bei Anfragen von Eltern, Lehrern, und Erziehern bei Schadstoffproblemen an Schulen und Kitas im Rahmen eines umfangreichen Netzwerkes ausschließlich ehrenamtlich und parteipolitisch neutral – EGGBI verbindet mit der Beratung von Eltern, Lehrern, Erziehern, keinerlei wirtschaftliche Interessen und führt auch selbst keinerlei Messungen oder ähnliches durch. Die Erstellung von Stellungnahmen zu Prüfberichten erfolgt natürlich kostenlos für alle Beteiligten. Bedauerlicherweise haben einzelne Eltern und Lehrer oft Angst vor Repressalien und wenden sich daher nur „vertraulich“ an mich.
Besuchen Sie dazu auch die Informationsplattform Schulen und Kitas