

Das juckt mich nicht mehr!

Juckreiz Manchmal klingt er einfach nicht ab. Betroffene kratzen sich tage- und nächtelang

Die Patienten, die zu Professorin Sonja Ständer in das Kompetenzzentrum Chronischer Pruritus nach Münster kommen, haben viel hinter sich. Waren bei Hautärzten, Internisten, Neurologen. Haben sich wund gekratzt, können kaum noch schlafen, sind depressiv, nervlich am Ende. Weil sie sich ständig kratzen müssen, ziehen sie sich zunehmend zurück. „Die Lebensqualität der Betroffenen ist stark eingeschränkt“, sagt Dermatologin Ständer. Für viele sei der quälende Juckreiz schlimmer als Schmerz. Dazu komme sozialer Druck, denn wer sich häufig kratze, gelte als unsauber, ungepflegt oder ansteckend. Ständer versucht, den Betroffenen diesen Druck zu nehmen: „Bei uns ist Kratzen erlaubt.“

Juckreiz stellt eines der häufigsten Krankheits Symptome dar. Jeder Fünfte ist im Lauf seines Lebens von chronischem Juckreiz betroffen – einem quälenden Kribbeln, das länger als sechs Wochen anhält, örtlich begrenzt oder überall auftreten kann.

Nicht immer sieht man den Patienten ihr Leiden äußerlich an. Neben Hauterkrankungen und Allergien können nämlich auch internistische oder neurologische Erkrankungen dahinterstecken, manchmal sogar Krebs. „Deshalb muss chronischer Juckreiz immer abgeklärt werden“, betont Ärztin Ständer. Das Hautbild der Betroffenen erlaube nur begrenzt Rückschlüsse. „Auch eine Niereninsuffizienz oder ein unerkannter Diabetes können Juckreiz auslösen. Das Kratzen führt dann zu Hautveränderungen, die diesen noch verstärken.“

Ein Symptom, viele Ursachen

Erst wenn die Ursache feststeht, kann eine maßgeschneiderte Therapie beginnen. Deshalb arbeitet Ständer eng mit Ärzten aus anderen Fachgebieten zusammen, etwa der inneren Medizin. „Manchmal finden wir mehrere Ursachen, ein anderes Mal keine.“

Zunächst müssen Patienten einen Fragebogen ausfüllen. Es folgen Haut- und Labor- tests, mitunter weitere Untersuchungen wie eine MRT. „So schließen wir neurologische Ursachen und bösartige Erkrankungen aus.“ Während Spezialisten wie Sonja Ständer eine Anlaufstelle für Patienten mit chronischem Juckreiz darstellen, helfen Apotheker bei akuten Beschwerden, zum Beispiel Insektenstichen, allergischen Reaktionen oder Unverträglichkeiten auf bestimmte Nahrungsmittel.

„Oft haben die Patienten einfach nur eine zu trockene Haut“, sagt Michael Springer, Apothekeninhaber aus dem fränkischen Oberasbach. „Während die Haut in jungen Jahren überwiegend Feuchtigkeit braucht, fehlt ihr in der zweiten Lebenshälfte vor allem Fett.“ Wichtiger als juckreizstillende Inhaltsstoffe sei daher eine geeignete Salbengrundlage. Bevor Springer ein rezeptfreies Präparat empfiehlt, klärt er die Ursache des Problems. „Bei allergischen Reaktionen und Mückenstichen eignen sich Antihistaminika oder Cremes mit Hydrocortison.“ Wer pflanzliche Mittel bevorzuge, sei mit Hamamelis und gerbstoffhaltigen Präparaten gut beraten. Auch kühlende Cremes mit Menthol lindern die Beschwerden. Bei Insektenstichen beseitigen thermische Stichheiler den Juckreiz mit einem Hitze-Impuls.

Juckreiz als Nebenwirkung

Patienten mit dermatologischen Erkrankungen wie Neurodermitis oder Schuppenflechte befinden sich in der Regel bei einem Hautarzt in Behandlung. Apotheker wie Michael Springer beraten sie ergänzend zur Hautpflege.

Da Juckreiz aber auch als Nebenwirkung von Blutdruckmitteln, Blutfettsenkern oder schmerzstillenden Opioiden auftritt, können Apotheker das Problem mitunter nach Überprüfung der Medikation lösen – in Rücksprache mit dem Arzt. Sofort ärztlich abgeklärt werden sollten großflächige Ausschläge, Schwellungen sowie zusätzliche Symptome wie Fieber und Schmerzen. „Dahinter kann eine schwere allergische Reaktion stecken“, warnt Springer. „Ringförmige Rötungen können auf Borreliose hinweisen.“

Hat der Arzt eine zugrunde liegende Erkrankung festgestellt, wird sie zunächst behandelt. „Doch damit wird man den Juckreiz nicht immer los“, erklärt Ständer. „Länger anhaltender Juckreiz verselbstständigt sich und erfordert eine eigene Therapie.“ Mit der Zeit entstehe eine Art Juckreizgedächtnis – ähnlich, wie es bei chronischem Schmerz zu einem „Schmerzgedächtnis“ komme.

Neue Therapien sollen dieses Gedächtnis löschen, sie werden zurzeit klinisch erprobt: Naloxon, ein Gegenspieler der schmerzstillenden Opiode, „hindert die zuständigen Nerven daran, den Juckreiz weiterzuleiten“, sagt Ständer. Mit Antidepressiva oder Antiepileptika lassen sich ebenfalls Erfolge erzielen. Manchmal ist auch eine psychosomatische Behandlung sinnvoll. „Eine individuelle Therapie verbessert die Lebensqualität meist deutlich“, so Ständer. „Und wenn der Juckreiz nicht mehr das ganze Leben bestimmt, fühlen sich die Patienten wie neugeboren.“

Barbara Kandler-Schmitt

Unsere Experten

Professorin Sonja Ständer, Dermatologin am Universitätsklinikum Münster

Michael Springer, Apothekeninhaber in Oberasbach bei Nürnberg, hat sich auf Hauterkrankungen spezialisiert