

## **Merkblatt Juckreiz**

### ***Was ist Juckreiz?***

**Pruritus** Pruritus ist eine Bezeichnung aus dem Lateinischen und bedeutet "Jucken". Juckreiz ist ein begleitendes und häufig quälendes Symptom zahlreicher Hautkrankheiten. Aber auch die scheinbar gesunde Haut kann jucken, z.B. bei inneren Erkrankungen wie Zuckerkrankheit, Leber- und Gallenwegserkrankungen oder Nierenerkrankungen.

### ***Wie entsteht Juckreiz?***

Wie Juckreiz nun tatsächlich entsteht, ist bis zum Letzten noch ungeklärt. Das Sinnesorgan Haut besitzt Wahrnehmungsstellen, so genannte Rezeptoren, für unterschiedliche Empfindungen wie Schmerz, Kälte, Wärme oder Druck. Im Gegensatz zu den Rezeptoren für Schmerz, Kälte, Wärme und Druck kennen wir die Rezeptoren für Juckreiz nicht. Eine mögliche Erklärung wäre, dass Schmerz und Juckreiz über dieselben Rezeptoren in der Haut wahrgenommen werden, dass also Schmerz und Juckreiz zwei Spielarten ein- und derselben Sinneswahrnehmung sind. Dafür spricht, dass der Patient im Allgemeinen den Juckreiz mit einer Reaktion beantwortet, die normalerweise Schmerz hervorruft nämlich das Kratzen. Insbesondere bei Patienten mit atopischen Ekzemen (Neurodermitis) kann man erkennen, dass der Juckreiz mit heftigen Kratzattacken beantwortet wird. Es entstehen tiefe und entstellende Kratzeffekte. Der Patient empfindet diesen Schmerz aber häufig nicht. Im Gegenteil, der Schmerz unterdrückt den Juckreiz und wird damit zur Erleichterung. So vielfältig wie die Mechanismen der Entstehung von Juckreiz, so zahlreich sind auch die Botenstoffe, die ihn auslösen. Hauptverursacher ist das so genannte Histamin, ein Botenstoff, der in großer Menge in den Mastzellen gespeichert wird. Mastzellen sind immer dann zur Stelle, wenn in der Haut eine Reizung oder Entzündung abläuft.

### ***Bei welchen Hauterkrankungen entsteht Juckreiz?***

Auslöser für Juckreiz sind z.B. - neben den bereits oben erwähnten inneren Erkrankungen - Nahrungsmittel, pflanzliche Stoffe, Medikamente oder auch Parasiten. Grundsätzlich kommen alle Einzelsubstanzen als Auslöser infrage. Auch Infektionskrankheiten können Juckreiz hervorrufen. Ganz besonders wissen wir, dass Windpocken, eine der häufigsten Kinderkrankheiten, sehr stark jucken. Parasiten wie Läuse, Flöhe, Wanzen und vor allem auch Milben verursachen schwere Juckreizattacken. Ein schwerster Juckreiz wird durch die Krätze hervorgerufen, die weit verbreitet ist. Diese Milben der Krätze sind so klein, dass man sie auf der Haut nicht sieht. Trotzdem verursachen sie schwere, juckende Hautprobleme. Da wir die Haut häufig zu viel waschen und falsch oder zu wenig mit Pflegemitteln versorgen, kann sie stark austrocknen. Dadurch wird Schutzbarriere der Haut beschädigt und Allergiestoffe können in die Haut eindringen. Auch so kann es zu stark juckenden, entzündlichen Hautveränderungen kommen.

Die Haut ist oftmals das erste und auffälligste Organ, das Alterungsprozesse widerspiegelt. Die Alterungsprozesse führen zu einer Austrocknung der Haut. Ausgetrocknete Haut bricht wie trockenes Leder in feinste Linien. Austrocknungsekzeme, die vor allem an den Unterschenkeln erkennbar sind, erzeugen ebenfalls erheblichen Juckreiz.

***Was wird Ihr Arzt Sie fragen bei einer juckenden Hauterkrankung?***

Meist erkennt der Hautarzt bereits am Erscheinungsbild die Erkrankung. Bei nur geringen oder nicht eindeutigen Hautveränderungen ist das Gespräch zwischen Arzt und Patient von besonderer Bedeutung.

- Betrifft der Juckreiz den ganzen Körper oder nur eine Region?
  
- Wie lange besteht der Juckreiz?
  
- Nehmen Sie Medikamente ein?
  
- Wurde bei Ihnen in letzter Zeit eine Infusion in die Venen vorgenommen?
  
- Benutzen Sie neue Pflegemittel?
  
- Gibt es Allergien in der Familie, vor allem Ekzemerkrankungen?
  
- Gibt es Heuschnupfen, Asthma in der Familie?
  
- Vertragen Sie Wolle auf der bloßen Haut?
  
- Hat der Juckreiz etwas mit Sonneneinstrahlung zu tun?
  
- Gibt es Allergietestergebnisse von früher (bringen Sie nach Möglichkeit diese Testergebnisse zu Ihrem Arztbesuch mit)?
  
- Bestehen Erkrankungen der inneren Organe?

***Viele Therapie Möglichkeiten mit unterschiedliche Erfolgsaussichten***

Vor die Therapie haben die Götter die Diagnose gestellt. In jedem Fall ist die Ursachenerkennung und -findung von entscheidender Bedeutung. In vielen Fällen kann eine Ursache des Juckreizes gefunden und eine angemessene Behandlungsmaßnahme eingeleitet werden. Doch auch wenn sich manchmal die genaue Ursache des Juckreizes nicht feststellen lässt, gibt es gute Therapiemöglichkeiten.

**Äußerliche Behandlung:**

Die Haut sollte mit hautschonenden Waschsindets mit rückfettender Wirkung gereinigt werden. Zu häufiges und heißes Duschen bzw. Baden reizt und trocknet die Haut weiter aus. Nach der Reinigung sollte der Haut Feuchtigkeit zugeführt werden. Die Kleidung sollte nicht zu eng sein, Wolle wird meist schlechter vertragen. Bei vorliegenden Entzündungen verordnet der Arzt dem Krankheitsbild angemessene Cremes oder Salben.

**Innerliche Behandlung:**

Bei starkem Juckreiz werden Antihistaminika gegeben. Da diese Medikamente häufig zu Müdigkeit und Konzentrationsstörungen führen können, ist die Reaktionsfähigkeit beeinflusst. Zur kurzzeitigen Behandlung können auch Kortisonpräparate verordnet werden.

***Wie ist der Heilungsverlauf?***

Der Verlauf ist abhängig von der Ursache des Juckreizes und kann wenige Tage dauern, aber auch sehr langfristig sein. Beeinflusst wird der Heilungsverlauf häufig von psychischen Belastungen. Abbau von Stress und seelischen Belastungen kann wesentlich zur Besserung beitragen.