

# Eincremen – Was, wann, wie?

Dr. med. Felix Witte  
Universitätsklinikum Münster, Hautklinik

# Trockene Haut (Xerosis cutis)<sup>1</sup>

- Ca. 30% der 16-70-jährigen, ca. 56% im Alter von ca. 75 Jahren
- Haut trocken, schuppig, rau, glanzlos
- Spannungsgefühl, Pruritus
- Ursachen:
  - Barrierestörung
  - Mangel an Feuchthaltefaktoren (natural moisturizing factors, NMF)

**→ Therapie: intensives Cremen. Kann NICHT durch vermehrtes Trinken ausgeglichen werden!**

1) Augustin M, Wilsmann-Theis D, Körber A, Kerscher M, Itschert G, Dippel M, Staubach P. Positionspapier: Diagnostik und Therapie der Xerosis cutis. J Dtsch Dermatol Ges. 2018 Jul;16 Suppl 4:3-35. doi: 10.1111/ddg.13580. PMID: 29989340.

# Trockene Haut (Xerosis cutis)<sup>1</sup>

- Regelmäßige rückfeuchtende und –fettende Pflege 1-2xtgl
  - mit Urea-haltigen Externa (Wasser-in-Öl Formulierungen)
    - Wasserbindung
    - Barriereerhaltung
    - Glättend, abschuppend
    - Leichte Schuppung: 5% Urea, starke Schuppung: 10% Urea
  - bei Pruritus: 3-10% Polidocanol-haltige Externa
- Bestimmung der Menge der anzuwendenden Externa:
  - 1 Fingertip-Unit (Menge auf einer Fingerbeere) = Menge für 1% der Körperoberfläche ( = eine Handfläche) bei 2xtgl Anwendung

1) Augustin M, Wilsmann-Theis D, Körber A, Kerscher M, Itschert G, Dippel M, Staubach P. Positionspapier: Diagnostik und Therapie der Xerosis cutis. J Dtsch Dermatol Ges. 2018 Jul;16 Suppl 4:3-35. doi: 10.1111/ddg.13580. PMID: 29989340.

# Leitlinie chronischer Pruritus<sup>2</sup>

- Basistherapie unerlässlich
- Antipruritische Wirksamkeit von verschiedenen Faktoren abhängig:
  - Wirkstoffen
  - Hilfsstoffen
  - Galenischen Eigenschaften der Grundlage (z.B. Creme, Salbe)
  - Aktuellem Zustand der Haut
  - Region der Haut/Schleimhaut
- Trockene Haut verursacht und verstärkt Pruritus, daher:
  - Rückfettung, Hydratisierung, Stabilisierung der physiologischen Hautbarriere
- Basistherapie auch in beschwerdefreien Intervallen bei chronischem Pruritus empfohlen

2) Ständer S, Zeidler C, Augustin M et al., S2k Leitlinie: Diagnostik und Therapie des chronischen Pruritus. J Dtsch Dermatol Ges. 2022 Oct;20(10):1386-1402. doi: 10.1111/ddg.14830\_g. PMID: 36252075.

# Zusammenfassung

- Großzügiges Eincremen 1-2 x tgl., auch als Rezidivprophylaxe
- Der aktuelle Hautzustand bestimmt die Grundlage
- Wirkstoff nur nach ärztlicher Beratung/Verordnung