



Trockene, gereizte,
gerötete Augenlider?

PATIENTEN-RATGEBER

Erhältlich nur in Ihrer Arztpraxis
oder auf www.benevi.de

Vorwort

Liebe Patientinnen und Patienten,

Sie halten diese Broschüre in den Händen, weil Sie unter gereizten und geröteten Augenlidern leiden. Mit diesen Beschwerden sind Sie nicht alleine: Augenlid-ekzeme sind ein häufiger Grund für den Besuch in einer Hautarztpraxis. Hinzu kommen unzählige Betroffene, die versuchen, ihre Beschwerden ohne Hilfe eines Arztes/einer Ärztin in den Griff zu bekommen. Dabei kann der Leidensdruck durch juckende, geschwollene Augenlider beträchtlich sein. Zum Glück lassen sich die Beschwerden aber oft schon durch die richtige Pflege beheben. Denn die Ursache ist häufig zu trockene Haut. Ein weiterer Risikofaktor ist das Alter: Im Verlauf des Lebens wird die Haut dünner und empfindlicher, insbesondere im Gesicht und im Bereich der Augenpartie.

Nur selten sind entzündete Augenlider Teil einer komplexen Hautkrankheit, die spezifisch behandelt werden muss. Ein häufiger Grund ist dagegen eine allergische Reaktion auf Bestandteile aus Pflegeprodukten und Kosmetika. Sind die Auslöser bekannt und werden sie konsequent gemieden, gehen meist auch die Beschwerden schnell zurück. Vermutlich aufgrund des häufigeren Gebrauchs von Pflegeprodukten leiden vor allem Frauen unter geröteten und geschwollenen Augenlidern. Doch auch bei Männern nehmen die Zahlen inzwischen zu.

Dieser Patienten-Ratgeber soll Ihnen in kompakter Form die wichtigsten Informationen rund um trockene, gereizte und gerötete Augenlider an die Hand geben. Er fasst zusammen, wie die Beschwerden entstehen, welche Ursachen häufig sind und wie ein Hautarzt helfen kann. Zu guter Letzt zeigt er Ihnen auf, was Sie selbst tun können, um Linderung zu erfahren.

Ihr Team von

www.derma.plus

derma.plus

Wie entsteht ein Augenlidekzem?

Gereizte Augenlider sind gerötet und geschwollen, oft spannen und jucken sie auch (ABB. 1). Zeigen sich deutliche Entzündungsanzeichen und halten diese Beschwerden längere Zeit an, spricht man von einem Augenlidekzem – fachsprachlich periokuläres Ekzem. Eine der häufigsten Ursachen für gereizte Augenlider ist trockene Haut. Diese entsteht, wenn zu viel Feuchtigkeit über die Hautbarriere entweicht. Am Augenlid geschieht das besonders schnell, da dort die Haut sehr dünn und empfindlich ist. Etwa die Hälfte der Fälle, die in einer Hautarztpraxis vorstellig werden, lässt sich auf eine Kontaktallergie zurückführen. Nur in seltenen Fällen sind gereizte oder entzündete Augen ein Symptom einer Hautkrankheit, die spezifisch behandelt werden muss.

Trockene Haut als Ursache von Augenlidekzemen

Die Haut trocknet aus, wenn zu viel Feuchtigkeit über die Hautbarriere verloren geht. Letztere wird von der obersten Hautschicht, der Oberhaut (Epidermis), gebildet (ABB. 2). Ihre Zellen sind fest miteinander verbunden, so dass sie die Haut nach außen abschließen. Dies verhindert zum einen, dass Schadstoffe – beispielsweise Krankheitserreger oder Allergene – ins Innere der Haut eindringen, zum anderen aber auch, dass Wasser über die Haut nach außen entweicht. Diese Hautbarriere kann durch Umwelteinflüsse geschwächt werden, im Winter etwa durch trockene Heizungsluft oder kalten Wind, den Gebrauch von Klimaanlage und anderen elektrischen Geräten mit Lüftung, vermehrtes Schwitzen oder die Verwendung von ungeeigneten Pflegeprodukten. Manche Menschen neigen außerdem aufgrund einer genetischen Vorbelastung von Natur aus zu chronisch trockener Haut. Dazu gehören insbesondere Menschen mit atopischer Dermatitis (Neurodermitis),

bei denen die Hautbarriere oft aufgrund eines Gendefekts gestört ist. Sie – aber auch ältere Menschen mit ihrer häufig sehr trockenen, empfindlichen Haut – leiden deshalb vermehrt unter Augenlidekzemen.



ABB. 1: Ein Augenlidekzem äußert sich durch Rötungen, Schwellungen und oft starken Juckreiz.

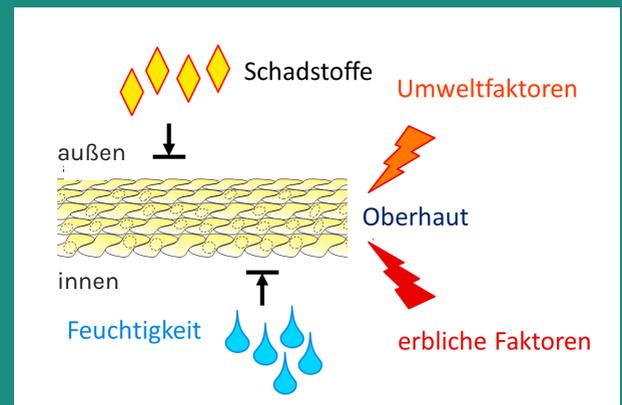


ABB. 2: DIE HAUTBARRIERE

Die Zellen der Epidermis (Oberhaut) bilden eine feste Barriere, die Wasser ein- und Schadstoffe ausschließt. Sowohl Umweltfaktoren als auch erbliche (genetische) Faktoren können die Hautbarriere schwächen. Dadurch trocknet die Haut aus und kann sich entzünden.

Die häufigsten Gründe für trockene Gesichtshaut:

kalter Wind

trockene Heizungsluft

Betrieb von elektrischen
Geräten mit Lüftung

vermehrtes Schwitzen

ungeeignete Pflegeprodukte

genetische Vorbelastung

Allergien als Ursache von Augenlidekzemen

Ein häufiger Grund für Augenlidekzeme sind allergische Reaktionen auf Bestandteile von Pflegeprodukten wie Gesichtscremes, Kosmetika oder Augentropfen. Bei Verdacht auf eine allergische Kontaktdermatitis sollte der Auslöser durch einen Epikutantest (Patchtest, siehe Kasten) ausfindig gemacht werden. Ein bekanntes Kontaktallergen ist Nickel-(II)-Sulfat, das sich als Verunreinigung in Mascara, Make-up, Lidschatten, Kontaktlinsenreiniger und Kajalstiften findet. Auch Gold kann Allergien auslösen. Problematisch sind häufig auch Duftstoffe, die vielen Kosmetikprodukten als komplexe Mischungen (z. B. Perubalsam) beigesetzt werden. Da es dadurch meist nicht möglich ist, die all-

ergieauslösende Komponente auszumachen, sollte bei empfindlicher Haut am besten generell auf Duftstoffe in Pflegeprodukten verzichtet werden. Konservierungsmittel wie das früher häufig in Kontaktlinsenmitteln und Kosmetika verwendete Thiomersal oder Methylisothiazolinon in Shampoos und Haarpflegeprodukten kommen ebenfalls als Kontaktallergene infrage. Über die Luft verbreitete Allergene aus Hausstaubmilben, Tierhaaren, Pollen, Nahrungsmitteln oder Raumsprays lösen seltener Augenlidekzeme aus. Ebenfalls selten der Grund für ein Augenlidekzem ist eine irritative Kontaktdermatitis als Reaktion auf Stäube oder Dämpfe.

Häufige Kontaktallergene:

Nickel-(II)-Sulfat

Gold

Duftstoffe (z. B. Perubalsam)

Konservierungsmittel
(z. B. Thiomersal, Methylisothiazolinon)

EPIKUTANTEST (PATCHTEST)

Im Epikutantest werden mögliche Allergene mit Hilfe von Pflastern auf die Rückenhaut aufgebracht und verbleiben dort für 24 Stunden, bevor die Pflaster wieder entfernt werden. Nach weiteren 48 Stunden erfolgt die endgültige Beurteilung, ob aufgrund der Hautreaktion eine Kontaktallergie vorliegt.

Hautkrankheiten als Ursache für Augenlidekzeme

Bei einer Reihe von Hauterkrankungen können Lidexzeme als singuläres oder als Teilsymptom von weiteren Hautveränderungen auftreten. Hierzu gehören die häufig chronisch verlaufenden Dermatosen atopische Dermatitis (Neurodermitis), die Schuppenflechte (Psoriasis) oder die seborrhoische Dermatis. Weitere mögliche Ursachen für ein Augenlidekzem sind eine allergische Bindehautentzündung (Konjunktivitis allergica) oder eine Medikamentenunverträglichkeit.

Was beim Augenlidekzem hilft

Bei starken, chronischen oder wiederkehrenden Beschwerden, insbesondere bei Verdacht auf eine Kontaktallergie, sollte unbedingt eine Hautarztpraxis aufgesucht werden. Liegt tatsächlich eine Allergie vor, gehen die Symptome meist schnell zurück, wenn das entsprechende Allergen konsequent vermieden wird. Zur Unterstützung kann der behandelnde Arzt entzündungshemmende Calcineurin-Inhibitoren wie Pimecrolimus und Tacrolimus verschreiben. Im Unterschied zu Kortison dünnen diese Wirkstoffe die Haut nicht aus und haben keinen Rebound-Effekt (= stärkeres Wiederaufflammen der Entzündung nach dem Absetzen des Wirkstoffs). Sie dürfen deshalb auch auf der empfindlichen Gesichtshaut und am Augenlid angewendet werden. Unabhängig von der Ursache des Ekzems – vor allem aber, wenn Hauttrockenheit der Hauptgrund ist – sollte das Augenlid konsequent mit Feuchtigkeit in Form einer geeigneten Feuchtigkeitspflege versorgt werden.

FINGER WEG VON KORTISON!

Keinesfalls sollten Sie selbst mit kortisonhaltigen Präparaten experimentieren. Kortison hat am Auge nichts verloren!



ABB. 3: Atopisches Lidexzem: unscharf begrenzte flächige Erytheme an Ober- und Unterlidern.



ABB. 4: Atopisches Lidexzem: flächige, schuppige Erytheme an beiden Ober- und Unterlidern.



ABB. 5: Seborrhoisches Lidexzem. Im Bereich des rechten Oberlids imponiert eine feuchte Schuppung auf Erythem mit Übergreifen der Hautveränderungen auf die zentrale Stirnpartie.



ABB. 6: Lidbeteiligung im Rahmen einer Psoriasis. Flächige Erytheme mit ausgeprägtem Schuppenpanzer.

Wählen Sie die richtige Pflege

Für die Pflege des Augenlids sollte eine Pflegecreme mit hohem Wasseranteil verwendet werden. Salben mit hohem Fettanteil sind dagegen kontraproduktiv: Sie decken die betroffene Haut ab und halten damit Feuchtigkeit eher fern. Bei langfristiger Anwendung verstärken sich dann oftmals die Beschwerden. Wichtig ist auch, dass die Pflegecreme keine potenziell allergieauslösenden Stoffe enthält. Dazu gehören beispielsweise Wollwachs (Lanolin), ätherische Öle und Duftstoffe. Zudem sollte die Creme frei sein von fettenden, abdeckenden Inhaltsstoffen wie Silikone oder Mineralöle wie beispielsweise Paraffin. Gut geeignet für die Pflege von trockener und gereizter Haut sind dagegen feuchtigkeitsspendende Zusätze wie Panthenol und Hyaluron. Optimalerweise zieht die Feuchtigkeitspflege schnell ein und brennt nicht im Auge. Speziell für

das Augenlid entwickelte Produkte enthalten deshalb nur gering spreitende Öle, also solche, die sich auf der Hautoberfläche nur wenig ausbreiten und deshalb nicht aus Versehen ins Auge gelangen können. Ein augenneutraler pH-Wert (pH = 7) verbessert ebenfalls die Verträglichkeit.

Wann Sie zum Arzt gehen sollten

Meistens bessert bereits die richtige Pflege die Beschwerden durch trockene, gereizte und gerötete Augenlider deutlich. Bleiben die Beschwerden aber bestehen oder verschlimmern sie sich sogar, sollte ein Hautarzt/eine Hautärztin aufgesucht werden. Dort können dann Allergien, Unverträglichkeiten oder behandlungsbedürftige Hautkrankheiten ausgeschlossen werden.

FÜR DIE AUGENLIDPFLEGE GEEIGNET

CREME MIT:

- hohem Wasseranteil
- feuchtigkeitsspendenden Substanzen (z. B. Panthenol, Hyaluron)
- augenneutralem pH-Wert

CREME OHNE:

- potenzielle Allergene
- zu fettende, abdeckende Stoffe

FÜR DIE AUGENLIDPFLEGE UNGEIGNET

SALBE MIT:

- hohem Fettanteil
- allergenen Stoffen (z. B. Wollwachs (Lanolin), ätherische Öle, Duftstoffe)
- fettenden, abdeckenden Stoffen (Silikone und Mineralöle wie Paraffin)

Pflegeempfehlungen für trockene gereizte und trockene Augenlider

Tragen Sie eine Creme, die speziell für den Augenlidbereich entwickelt wurde, vorsichtig auf Ober- und Unterlid auf. Bei dieser Creme sollte es sich um eine Feuchtigkeitscreme handeln. Cremes und Salben mit einem sehr hohen Lipidanteil (Fettanteil) sind kosmetisch oft unangenehm, z. B. tagsüber oder vor dem Auftragen eines Make-ups. Schlimmstenfalls können fettige Cremes und Salben eine verschließende (okkludierende) Wirkung haben und dadurch Entzündungen „abdeckeln“ – wird eine vorhandene leichte Entzündung durch eine fette Creme abgedeckt, kann dadurch ein Verstärkungsmechanismus einsetzen.

Weitere Tipps für die empfindliche Augenlidregion:

- ✓ Verteilen Sie die Creme sanft mit einem sauberen Finger.
- ✓ Bei sehr gereizten Augenlidern können Sie die Creme mit einem Wattestäbchen auftragen.

- ✓ Für eine Soforthilfe können Sie feuchte Umschläge einsetzen. Dazu wird zuerst eine für das Augenlid geeignete Feuchtigkeitspflege vorsichtig auf das Augenlid aufgetragen. Anschließend wird ein feuchtes Tuch oder ein Waschlappen auf die Augen gelegt und dort für 5-10 Minuten belassen.
- ✓ Statt mit klarem Wasser können Sie die Umschläge auch mit schwarzem Tee machen. Dieser enthält Gerbstoffe, die mit ihrer adstringierenden Wirkung juckreizlindernd und abschwellend wirken.
- ✓ Möchten Sie anschließend ein Make-up verwenden, sollte dieses am besten einen hohen Wasser- und einen geringen Lipidanteil (Fettanteil) aufweisen und möglichst frei von reizenden oder allergieauslösenden Inhaltsstoffen sein.
- ✓ In ärztlicher Absprache kann eine pflegende Begleitung zu einer verordneten Therapie gegen eine relevante Hauterkrankung rund um die Augen sinnvoll sein. Fragen Sie Ihren Hautarzt/Ihre Hautärztin nach einem geeigneten Augenlid-Pflegeprodukt.
- ✓ Im Anschluss an eine Therapie ist eine regelmäßige feuchtigkeitsspendende Pflege der Augenlider sinnvoll, ansonsten können die Beschwerden nach Beendigung der Therapie wieder auftreten.



Von Hautärzten für Patienten – das kuratierte Ratgeberportal derma.plus stellt sich vor

Liebe Leser,

auf derma.plus finden Sie verlässliche, von Experten verfasste Texte zu allen geläufigen Hautkrankheiten. Hinter derma.plus steht ein Team von Professoren. Somit bietet derma.plus eine einmalige Qualität an Informationen. Gerade bei medizinischen Themen ist die Verlässlichkeit der Informationen von größter Wichtigkeit.

Die Beiträge in diesem Ratgeber und auf derma.plus geben den aktuellen Wissens- und Behandlungsstand wieder und werden stetig den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen angepasst. Auch unsere langjährigen Erfahrungen aus der Praxis fließen hier mit ein, um Ihnen die bestmöglichen Empfehlungen und Tipps zur Behandlung bereitzustellen.

Wir sind Fachärzte, die in eigener Praxis niedergelassen sind, d. h. wir sehen und behandeln regelmäßig Patienten mit den hier dargestellten Erkrankungen. Dadurch sind wir in der Lage, fundierte Aussagen zum Stellenwert bestimmter Medikamente, zu Therapieverfahren und zum Erkrankungsverlauf zu machen, die über das reine Lehrbuchwissen hinausgehen. Wir, die Autoren der Fachtexte, verfügen über langjährige Erfahrung in Theorie und Praxis und sind außerdem intensiv in der ärztlichen Weiterbildung engagiert. Diese Verbindung wissenschaftlichen Denkens mit praxisrelevanter Umsetzung möchten wir Ihnen zu Gute kommen lassen.

Wir hoffen, dass wir mit derma.plus möglichst viele Menschen, die an einer Dermatose leiden, erreichen und ihnen weiterhelfen können. derma.plus ist noch jung und wird derzeit stetig ausgebaut und verbessert. Wir freuen uns immer über Feedback. Schicken Sie uns gerne Verbesserungsvorschläge, Fragen oder Wünsche für neue Inhalte und Themen.

Mit freundlichen Grüßen



Prof. Dr. med
Dietrich Abeck

Facharzt für Dermatologie, Venerologie, Allergologie und
Gründungsmitglied des Dermatologie-Portals **derma.plus**

Präsentiert und herausgegeben
in Zusammenarbeit mit:



MEDIZINISCHE HAUTPFLEGE

benevi | Dermaportal dp GmbH
Koppenplatz 10
10115 Berlin

Tel.: 030 9210713 60

info@benevi.de

Fax: 030 9210713 61

www.benevi.de

Die Augenlid-Pflege

von benevi

Besonders reizarm
und pflegend.
Hinterlässt keinen
störenden Fettfilm.



benevi neutral® AUGENLID-CREME

15 ml
PZN 03069239

Gezielte Lidpflege für trockene,
gereizte, gerötete Augenlider.
Gut geeignet zur vorbeugenden
Pflege gegen Lidexzeme.



Produktinfos,
Testmöglichkeiten und
Anwendungshilfen auf
benevi.de

