



Anzeigen

Expertentipp von Anja Waßmann, Ökotrophologin im „Dermatologischen Ambulatorium Hamburg-Alstertal“

Richtig essen bei entzündlichen Hauterkrankungen

Neurodermitis (Atopische Dermatitis) und Schuppenflechte (Psoriasis) zählen zu den häufigsten chronisch entzündlichen Hauterkrankungen. Neben einer genetischen Veranlagung haben oft äußere Faktoren – wie die Ernährung – einen Einfluss auf diese Erkrankungen und ihren Verlauf. Ernährungstherapeutische Maßnahmen stellen daher ein wichtiges Element in der Behandlung von entzündlichen Hauterkrankungen dar. Die Schuppenflechte ist nicht nur eine Erkrankung der Haut, sondern muss vielmehr als Teil einer systemischen Erkrankung verstanden werden, die auch mit diversen Stoffwechselveränderungen einhergehen kann. Im Zentrum der Ernährungsberatung bei Psoriasis steht daher die Vorbeugung und Behandlung u.a. von Übergewicht, Bluthochdruck, Diabetes mellitus etc. Bei Neurodermitispatienten wiederum ist ein Zusammenhang zwischen den Hautveränderungen und Nahrungsmittelunverträglichkeiten möglich. Während sich Nahrungsmittelallergien im Kindesalter zumeist gegen

Grundnahrungsmittel wie z.B. Hühnerei, Kuhmilch, Weizen oder Soja richten, dominieren bei Jugendlichen und Erwachsenen pollenassoziierte Nahrungsmittelallergien. Die sogenannten Kreuzallergien können neben Beschwerden im Mundschleimhautbereich bei Neurodermitikern auch eine Verschlechterung des Hautbildes bewirken. Neben den klassischen Nahrungsmittelallergenen werden auch andere Nahrungsmittelinhaltsstoffe (z.B. Zusatzstoffe) als mögliche Auslöser von Neurodermitisschüben diskutiert. Generell gilt, dass die Rolle von Nahrungsmittelunverträglichkeiten bei Neurodermitis stets differenziert und individuell betrachtet werden muss: Allgemeingültige Ernährungsempfehlungen oder gar eine pauschale Neurodermitisdiät gibt es nicht! Um eine Fehlernährung und emotionale Belastungen der Betroffenen zu vermeiden, sollten Auslassdiäten nur in Absprache mit einer allergologisch erfahrenen Ernährungstherapeutin durchgeführt werden.



Dermatologisches Ambulatorium Hamburg-Alstertal

Prof. Dr. med. Hartwig Mensing – Dr. med. Christian Mensing

• Ärzte für Haut- und Geschlechtskrankheiten •

Zentrum für Diagnostik – Therapie – Kosmetik – Forschung

Behandlung aller akuten und chronischen Hauterkrankungen sowie Hauttumoren – ambulante Operationen – Hautkrebscreening – Onkologie – Dermatohistopathologie – Mykologie – allergologische Diagnostik und Therapie – Lichttherapie – Balneophototherapie – Lasertherapie – Venendiagnostik – Haarerkrankungen – Anti-Aging – Botox – Faltenunterspritzung – Peelingverfahren – Fußpflege – medizinische Kosmetik – kosmetische Operationen – Haarentfernung – Tattoorentfernung – klinische Studien – Lehre, Fort- und Weiterbildung – Qualitätsmanagement – DIN EN ISO 9001 zertifiziert

Neu! Ernährungstherapie

Neu! Online-Terminvereinbarung (www.mensing-derma.de)

Neu! Samstagssprechstunde nach Vereinbarung

MENSINGDERMA
medic 

MENSINGDERMA
cosmetic 

MENSINGDERMA
research 

Heegbarg 4, 22391 Hamburg, Tel. (Praxis): 040/602 30 41, Tel. (Kosmetik): 040/602 30 42

 Internet: www.mensing-derma.de, E-Mail: info@mensing-derma.de