

# Praxisinformation von **MENSINGDERMA**

# hautnah



## Ernährungsberatung in der Dermatologie

Ein wichtiger Behandlungsbaustein in der Hautarztpraxis!



**Dipl.-Oecotrophologin Anja Waßmann**

Zertifizierte Ernährungsberaterin (QUETHEB) mit der Zusatzqualifikation Ernährungsfachkraft Allergologie (DAAB) und nach AGNES e.V. zertifizierte Neurodermitistrainerin

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung soll den Körper ausreichend mit Nährstoffen versorgen, gleichzeitig aber auch Krankheiten vorbeugen. Bei einer Vielzahl von Hauterkrankungen kommt der Ernährung darüber hinaus eine wichtige therapeutische Aufgabe zu. Von chronisch entzündlichen Erkrankungen, wie der Neurodermitis oder der Schuppenflechte, bei blasenbildenden Erkrankungen, wie der Dermatitis herpetiformis Duhring bis hin zu Kollagenosen, wie der Sklerodermie: die Ernährungstherapie stellt einen wichtigen Behandlungsbaustein in der modernen Hautarztpraxis dar.

Darum bieten wir Ihnen im Dermatologischen Ambulatorium Hamburg-Alstertal eine begleitende ernährungstherapeutische Behandlung durch die Diplom-Oecotrophologin Anja Waßmann an. Die zertifizierte Ernährungswissenschaftlerin mit allergologischer Zusatzqualifikation berät unsere Patienten in individuellen Einzelberatungen

zu verschiedenen dermatologischen Erkrankungen sowie zu Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten. Die Notwendigkeit und der Nutzen einer begleitenden Ernährungstherapie bei einer Vielzahl von Krankheitsbildern wurde auch von den Krankenkassen erkannt: die meisten Versicherer erstatten den Patienten einen Großteil der Kosten für die Ernährungstherapie.

### Ernährung bei Neurodermitis Eine pauschale Neurodermitis-Diät gibt es nicht!

Die Neurodermitis (atopische Dermatitis) ist eine chronisch entzündliche Hauterkrankung, die wie Asthma bronchiale und Heuschnupfen zum so genannten „atopischen Formenkreis“ gehört. Neben einer erblichen Komponente kann eine Vielzahl äußerer Einflüsse, wie Infekte, emotionale Belastung, aber auch Allergene zur Auslösung der Erkrankung beitragen. >



Liebe Leserinnen und Leser,  
liebe Patientinnen und Patienten,

das Dermatologische Ambulatorium Hamburg Alstertal hat sich 2012 entschlossen eine Praxiszeitung herauszugeben, die 2 Mal pro Jahr erscheinen wird. Wir möchten Ihnen hiermit die Gelegenheit geben, einen Einblick in das facettenreiche Fach Dermatologie zu bekommen. Es werden Ihnen neueste Erkenntnisse sowie Therapien zu einzelnen Erkrankungen vorgestellt. Wir hoffen, Ihr Interesse geweckt zu haben und wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Prof. Dr. med. Hartwig Mensing  
Dr. med. Christian Mensing  
Dr. med. Cornelius Mensing

## im Heft



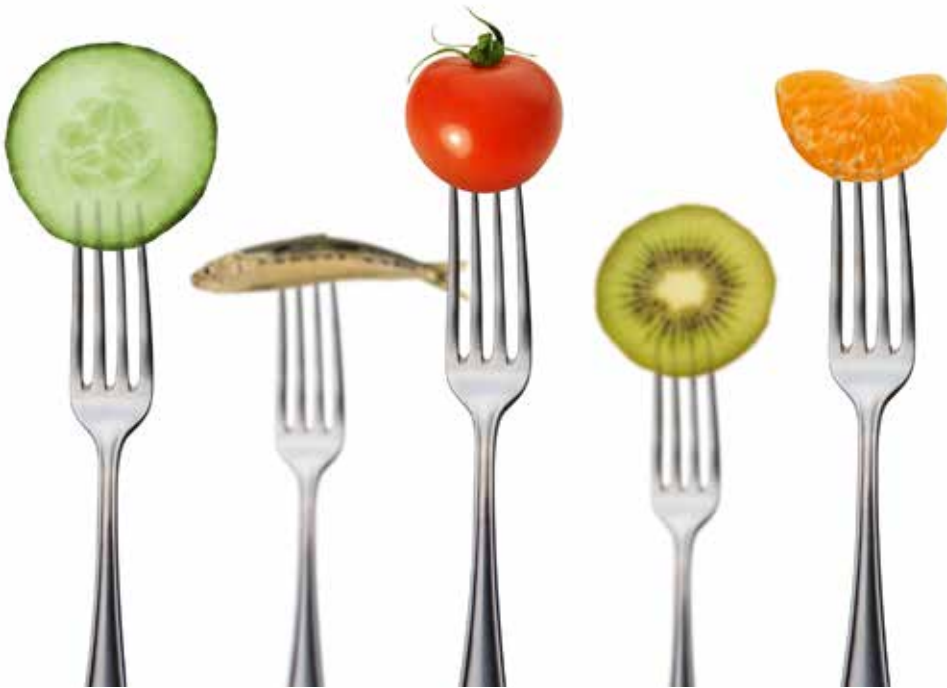
Krampfadern – ein häufig vernachlässigtes Krankheitsbild



Psoriasis (Schuppenflechte) – Was gibt es Neues?



Hautkrebs: aktuelle Daten und Empfehlungen



Etwa ein Drittel der Säuglinge und Kleinkinder mit Neurodermitis leiden an einer klinisch relevanten Nahrungsmittelallergie, die im frühen Kindesalter vorwiegend gegen Grundnahrungsmittel, wie Kuhmilch, Hühnerei, Weizen oder Fisch gerichtet sind. Im Jugend- und Erwachsenenalter hingegen gewinnen die Pollenallergien an Bedeutung, vor deren Hintergrund sich so genannte pollenassoziierte Nahrungsmittelallergien entwickeln können. In Mittel- und Nordeuropa dominieren hierbei durch Birkenpollen vermittelte Nahrungsmittelallergien, die mit allergischen Reaktionen gegen verschiedene Obst- und Gemüsesorten sowie Nüssen einhergehen können. Neben klassischen Symptomen einer allergischen Soforttypreaktion können allergene Nahrungsmittel bei Patienten mit Neurodermitis auch eine Hautverschlechterung provozieren.

Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass die Patienten durch die Meidung allergener Nahrungsmittel profitieren: vielfach kann eine signifikante Besserung des Hautzustandes bei Neurodermitis beobachtet werden. Um zu überprüfen, ob eine klinisch relevante

Nahrungsmittelallergie vorliegt, bieten wir den Patienten im Dermatologischen Ambulatorium eine umfassende allergologische Diagnostik sowie eine individuelle ernährungstherapeutische Betreuung durch die allergologisch versierte Ernährungswissenschaftlerin Anja Waßmann an.

Grundlage individueller Ernährungsempfehlungen bei Neurodermitis bildet das Neurodermitistagebuch, denn: eine pauschale Neurodermitis-Diät gibt es nicht! Das Neurodermitistagebuch dokumentiert die verzehrten Lebensmittel und Getränke sowie weitere Triggerfaktoren und erfasst den Verlauf des Hautzustandes. So können mögliche Zusammenhänge zwischen der Ernährung und einer Hautverschlechterung aufgedeckt werden. Nur beim Nachweis klinisch relevanter Nahrungsmittelallergien ist eine Meidung des betreffenden Nahrungsmittels gerechtfertigt. Um einen Nährstoffmangel zu vermeiden, sollten Auslassdiäten nur in Zusammenarbeit mit einer erfahrenen Ernährungsfachkraft durchgeführt werden. Unnötige Diäten, die zu einer Fehlernährung und starken emotionalen Belastungen führen, sind strikt abzulehnen.

## Ernährung bei Nesselsucht (Urtikaria)

### Den Auslösern auf der Spur!

Die möglichen Ursachen einer chronischen Urtikaria sind vielfältig, und so ist die Suche nach den individuellen Auslösern nicht selten ein Geduldspiel. Bei der chronischen Urtikaria spielen echte Lebensmittelallergien eher eine untergeordnete Rolle. Häufiger sind bei den Betroffenen so genannte Pseudoallergien anzutreffen: etwa 50% der Urtikaria-Patienten leiden an Unverträglichkeitsreaktionen gegenüber künstlichen oder auch natürlich vorkommenden Inhaltsstoffen von Lebensmitteln. Während das klinische Bild von Pseudoallergien denen einer „echten“ Nahrungsmittelallergie nahezu gleichen, fehlt bei einer pseudoallergischen Reaktion der lebensmittelspezifische, immunologische Auslösemechanismus.

Da keine IgE-Antikörper gebildet werden, sind die klassischen Allergietestungen, wie Haut-Prick-Test oder der Bluttest auf IgE-Antikörper zur Diagnosestellung nicht aussagekräftig. Ein Ernährungs-Symptomprotokoll gibt einen ersten wichtigen Hinweis auf mögliche Unverträglichkeiten. Die Diagnosestellung erfolgt dann über eine diagnostische Diät mit anschließender kontrollierter Provokation mit den verdächtigen Nahrungsmitteln. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass bei 50% der Patienten ein Rückgang der Beschwerden nach 3- bis 6-monatiger Einhaltung einer pseudoallergenarmen Diät zu beobachten ist. Um unnötige Einschränkungen für die Betroffenen zu vermeiden und einer unausgewogenen Nährstoffversorgung vorzubeugen, sollten diagnostische und therapeutische Diäten bei Urtikaria jedoch stets in Zusammenarbeit mit dem Hautarzt und einer allergologisch versierten Ernährungsfachkraft durchgeführt werden.

## Ernährung bei Schuppenflechte Weit mehr als eine reine Hauterkrankung!

Die Schuppenflechte (Psoriasis) ist neben der Neurodermitis die häufigste chronisch entzündliche Hauterkrankung. Neben einer genetischen Veranlagung nehmen auch hier äußere Faktoren – wie die Ernährung – einen Einfluss auf die Entstehung der Erkrankung und ihren Verlauf.

Seit Jahren weiß man, dass die Schuppenflechte nicht nur eine Erkrankung der Haut ist. Vielmehr muss sie als Teil einer systemischen Erkrankung verstanden werden, die mit verschiedenen Begleiterkrankungen einhergehen kann. Patienten mit Schuppenflechte haben ein erhöhtes Risiko für Übergewicht, er-

höhte Blutfettwerte, Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit) und Bluthochdruck. In der Folge ist auch das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöht.

Aktuelle Studien zeigen außerdem, dass Übergewicht den Erkrankungsverlauf negativ beeinflussen und das Ansprechen auf die Therapie verschlechtern kann. Es konnte gezeigt werden, dass eine begleitende Gewichtsreduktion bei übergewichtigen Patienten den Therapieerfolg der medikamentösen Therapie verbessern kann. Eine gesunde und ausgewogene Ernährung bei Schuppenflechte soll den Körper daher nicht nur ausreichend mit Nährstoffen versorgen, sondern auch Begleiterkrankungen vorbeugen sowie die Erkrankungsschwere und den Therapieverlauf positiv beeinflussen.

## Ernährung und Dermatitis herpetiformis Duhring Die Hautmanifestation der Zöliakie!

Auch bei blasenbildenden Erkrankungen, wie der Dermatitis herpetiformis Duhring spielt die Ernährung eine zentrale Rolle. Sie gilt als Hautmanifestation der Zöliakie – einer Unverträglichkeit gegenüber Gluten, dem Klebereiweiß vieler einheimischer Getreidesorten, wie Weizen, Roggen oder Gerste. Bei vielen Patienten lassen sich auch die für die Zöliakie typischen Veränderungen an der Dünndarmschleimhaut feststellen. Neben der medikamentösen Therapie ist eine strikt glutenfreie Diät die Therapie der Wahl bei Dermatitis herpetiformis Duhring. Zwar zeigt die Ernährungsumstellung häufig erst nach 6 bis 10 Monaten einen Effekt. In einer

# neu bei MENSINGDERMA

## Die Neurodermitisschulung für Eltern betroffener Kinder

Um die Versorgungssituationen betroffener Familien weiter zu verbessern, bieten wir im Dermatologischen Ambulatorium zusätzlich Neurodermitisschulungen für Eltern betroffener Kinder zwischen 0 und 7 Jahren an.

Das Schulungsteam besteht aus einer Hautärztin, spezialisierten Pflegekräften, einer Psychologin und einer Ernährungsfachkraft. Inhaltlich umfasst die interdisziplinäre Schulung die Vermittlung von aktuellen medizinischen Hintergrundinformationen zur Neurodermitis, zu ihrer Behandlung und praktische

Tipps zur Hautpflege. Zudem werden Strategien im Umgang mit der Erkrankung sowie mit Juckreiz, aber auch die Stärkung im Umgang mit Hürden in Alltagssituationen besprochen. Auch hier werden Ernährungsaspekte bei Kindern mit Neurodermitis beleuchtet und die Grundlagen einer ausgewogenen, kindgerechten Ernährung vermittelt.

Die Wirksamkeit der Schulung wurde in einer Studie belegt und das Schulungskonzept durch die Krankenkassen anerkannt. Die Kosten für die Neurodermitisschulung werden daher von

den meisten Krankenversicherungen vollständig übernommen.



➤ **Telefonische Anmeldung unter der Nummer 040 / 602 30 41**

### Impressum

**Herausgeber:** Dermatologisches Ambulatorium Hamburg-Alstertal, Heegbarg 4, 22391 Hamburg, Tel: 040 / 602 30 41, info@mensing-derma.de

**Konzeption/Layout:** SQUARE Werbeagentur GmbH, Hebelstr. 13, 68161 Mannheim, www.square-werbeagentur.de



Langzeitstudie zur glutenfreien Ernährung zeigte sich jedoch bei 50% der Betroffenen sogar eine komplette Abheilung der Hauterscheinung durch eine konsequente Einhaltung der glutenfreien Diät oder zumindest eine deutliche Reduktion des Medikamentenbedarfs.

Auch jodreiche Nahrungsmittel können die Hauterscheinungen auslösen bzw. verstärken. Daher sollten gerade zu Beginn der Behandlung jodreiche Lebensmittel, wie Seefisch, Jodsalz oder mit dem Farbstoff Erythrosin (E127) hergestellte Produkte gemieden werden. Eine längerfristige Unterschreitung des Jodbedarfs sollte allerdings vermieden werden, da dadurch eine Schilddrüsenunterfunktion provoziert werden kann.

Um unter der Diät eine ausgewogene Nährstoffversorgung zu gewährleisten und Diätfehler auszuschließen, sollten die Ernährung nur in Zusammenarbeit mit einer erfahrenen Ernährungsfachkraft erfolgen und individuelle Empfehlungen erarbeitet werden.

### **Ernährung bei Sklerodermie** **Beschwerden lindern, Vitalität erhalten!**

Die systemische Sklerodermie zählt zu den Kollagenosen. Sie kann verschiede

Organsysteme betreffen und somit eine mannigfaltige Beschwerdesymptomatik hervorrufen. Viele dieser Beschwerden bedürfen einer ernährungstherapeutischen Behandlung. So können entzündliche Gelenksbeschwerden durch eine spezielle Fettsäurezusammensetzung in der Kost positiv beeinflusst werden.

Während in fettreichen Fleisch-, Wurst- und Eierwaren ein hoher Anteil an entzündungsfördernden Fettsäuren zu finden ist, wirken sich die Fette aus Fisch, Nüssen und hochwertigen Pflanzenölen wie Rapsöl positiv auf die Entzündung aus. Dieser positive Effekt einer bewussten Fettauswahl auf rheumatische Beschwerden konnte in Studien gut belegt werden.

Auch Beschwerden, die den Magen-Darm-Trakt betreffen, wie etwa Schluckstörungen, Sodbrennen oder Verstopfungen können durch eine gezielte Lebensmittelauswahl gemildert werden. Die Betroffenen sind nicht selten unzureichend mit Energie und Nährstoffen versorgt. In Pilotstudien zur Ernährung bei Sklerodermie konnte gezeigt werden, dass der Ernährungszustand der Patienten eng mit dem Erkrankungsverlauf assoziiert ist: je aktiver die Erkrankung und je ausgeprägter die Erkrankungsschwere, desto schlechter ist auch

der Ernährungszustand. Weitere Studien müssen zeigen, in welchem Umfang eine rechtzeitige diätetische Intervention den Ernährungs- und Gesundheitszustand der Patienten stabilisieren und die Symptome der systemischen Sklerose bessern kann.

### **Ernährung und Akne** **Zucker & Co. als mögliche Übeltäter!**

Auch bei Akne scheinen bestimmte Ernährungsfaktoren einen Einfluss auf die Hauterscheinungen zu nehmen. Untersuchungen deuten darauf hin, dass sich der „westliche Ernährungsstil“ negativ auf die Haut von Aknepatienten auswirkt. Besonders zuckerreiche Lebensmittel – also solche mit einem hohen glykämischen Index – sowie ein übermäßiger Verzehr von Milchprodukten sind anscheinend ungünstig für die Betroffenen. Erste Studien haben gezeigt, dass eine zuckerarme Kost mit einem hohen Anteil an Gemüse, Obst und Vollkornprodukten die Anzahl und Schwere der Akneläsionen vermindern kann.

### **Ernährung bei Rosacea** **Vorsicht bei Alkohol, Kaffee & Co!**

Die Rosacea ist eine chronisch entzündliche Erkrankung der Gesichtshaut. Sie verläuft typischer Weise in Schüben. Auch wenn es keine spezielle „Rosacea-Diät“ gibt, können doch bestimmte Nahrungsfaktoren die Hauterscheinungen verstärken.

Besonders Nahrungsmittel, die zu einer Vasodilatation (Gefäßerweiterung) führen, wie Alkohol, Kaffee oder Tee, aber auch heiße Getränke oder scharf gewürzte Speisen können eine Verschlechterung des Hautbildes provozieren und sollten von den Betroffenen gemieden werden. ■

## unser therapieangebot

### Schwerpunkte unserer individuellen Ernährungsberatung und -therapie

- › **Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten**  
(Nahrungsmittelallergien, Zöliakie, Fruktosemalabsorption, Laktoseintoleranz)
- › **Ernährung bei Hauterkrankungen**  
(Neurodermitis, Schuppenflechte, Nesselsucht, Dermatitis herpetiformis Duhring, Akne, Rosacea, Sklerodermie u.a.)
- › **Ernährungsbedingte Erkrankungen**  
(Übergewicht, Fettstoffwechselstörungen, Hyperurikämie/ Gicht, Bluthochdruck, Osteoporose u.a.)
- › **Ernährung im Säuglingsalter mit Einführung der Beikost**  
(Allergieprävention)
- › **Gesunde Ernährung im Kindesalter, in Schwangerschaft und Stillzeit sowie im Alter**



**Dipl.-Oecotrophologin  
Anja Waßmann**

- 
- › Zertifizierte Ernährungsberaterin (QUETHEB)
  - › Ernährungsfachkraft Allergologie (DAAB)
  - › Zertifizierte Neurodermitistrainerin nach AGNES e.V.
- 



# APOTHEKE am Frahmredder



*Herzlich Willkommen*  
in

der Apotheke am Frahmredder

Mo - Fr: 8.00 bis 18.30 Uhr | Sa: 8.00 bis 14.00 Uhr

**Apotheker Dr. Jörn Gutzmann**

Frahmredder 8 · 22393 Hamburg

Tel.: 636 444 14 · Fax: 636 444 15

[www.apotheke-am-frahmredder.de](http://www.apotheke-am-frahmredder.de)

# Krampfadern – ein häufig vernachlässigtes Krankheitsbild



## Dr. med. Cornelius Mensing

Assistenzarzt im Dermatologischen Ambulatorium Hamburg Alstertal  
Phlebologe und Experte in der Behandlung von Venenerkrankungen

Krampfadern sind bei weitem kein rein kosmetisches Problem! Bei ausbleibender Behandlung kommt es nicht nur zu einer optischen Verschlechterung des Befundes, mit der Zeit entwickeln Patienten zunehmende Beschwerden. Schwere müde Beine, nächtliche Wadenkrämpfe, Hautveränderungen, Schwellungen und Venenentzündungen sind die häufigsten Symptome. Im weiteren Verlauf können jedoch auch Befunde entstehen, die die Lebensqualität der Patienten stärker einschränken, neben starken Schmerzen können Krampfadern schlussendlich zu einem „offenen Bein“ führen.

Bis vor einigen Jahren war die Diagnostik von Krampfadern mittels Phlebographie aufwändig und zum Teil unangenehm. In unserer Praxis wird zur Beurteilung eine Ultraschallsonographie durchgeführt; völlig schmerzfrei können sowohl die Krampfadern, als auch die tiefen Venen und Arterien detailliert dargestellt werden. In Deutschland wird die Ultraschallsonographie als Goldstandard zur Diagnostik der Krampfadern angesehen.

Ergibt sich lediglich der Befund von kosmetisch störenden Besenreisern, können diese mittels LASER oder Verödung entfernt werden.

**Zur operativen Behandlung von Krampfadern stehen heute mehrere Verfahren zur Auswahl.**

## 1. Venen-Stripping

Die in der Vergangenheit am häufigsten durchgeführte Operationstechnik (klassisches Verfahren nach Babcock; Venen-Stripping), bei der die insuffiziente Stammvene aus dem Bein operativ entfernt wird, ist in der Zeit moderner schonender Verfahren zwar nicht verkehrt, verliert aber deutlich an Stellenwert. Nach erfolgter genauester Ultraschalldiagnostik können moderne Verfahren wie die Radiofrequenzinduzierte Thermoerapie „RFITT“ einfach, schnell und mit hervorragendem Ergebnis ambulant durchgeführt werden.

## 2. „RFITT“ Methode

Die von uns favorisierte „RFITT“ Methode (bipolare Radiofrequenz-induzierte Thermoerapie), ist ein minimal invasives Verfahren zur endovenösen Behandlung insuffizienter Stammvenen, vor allem der vorderen und hinteren Stammvene. Dabei werden die Venen mit einem millimeterdünnen RFITT-Katheter von innen schonend auf 60 bis 85 °C erhitzt. Die lokale und genau dosierte Abgabe von Radiofrequenzenergie bewirkt, dass sich die Vene zusammenzieht und verschließt. Die so behandelte Vene verbleibt im Körper und ist von außen nicht



mehr sichtbar. Im Gegensatz zur klassischen Operation werden die gesunden Seitenäste und Perforansvenen nicht abgerissen, so dass größere „Hämatome“ (Einblutungen in das Gewebe) üblicherweise ausbleiben. Lediglich die erweiterten Gefäße (Varizen) werden durch kleinste, wenige Millimeter große Schnitte entfernt.

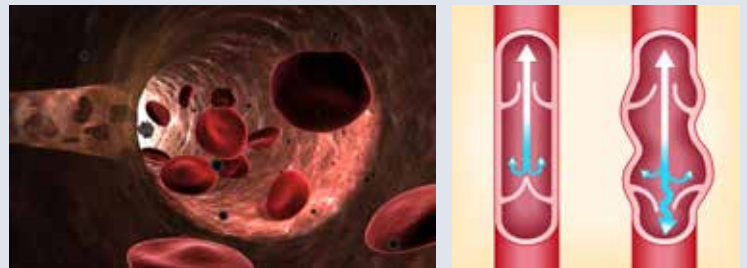
Der besondere Vorteil liegt darin, solche Operationen in lokaler Betäubung durchzuführen. Der wache Patient kann direkt nach der Operation laufen und aufstehen und ist für die ersten Stunden sicher schmerzfrei, auch eine spätere Gabe von Schmerzmitteln ist meist nicht erforderlich.

Die Erholungszeit für den Patienten ist deutlich kürzer als bei der klassischen Operation. Dies stellt neben der geringeren Schmerzhaftigkeit des Verfahrens einen der Hauptvorteile dar; wochenlange Arbeitsunfähigkeit gehört der Vergangenheit an. ■

## info

### Wie entstehen Krampfadern?

Durch einen Schaden an den Venenklappen kommt es zu einem Rückstau des Blutes in die oberflächlichen Gefäße. Diese werden aufgedehnt und stark erweitert. Ursache können familiäre Vorbelastung, sitzende oder stehende Tätigkeit, Bewegungsmangel, Übergewicht oder die besonders starke Belastung des Gefäßsystems während der Schwangerschaft sein.



## ■ Mehr als nur ein Sanitätshaus!

**STOLLE**  
Gesundheit nach Maß

**Wir bieten Ihnen eine große Auswahl an modischen med. Kompressionsstrümpfen.**  
(z. B. aktuelle Saisonfarben oder Extras wie Strass-Steine)

### Unser Leistungsangebot:

- Sanitätshaus
- Orthopädie-Technik
- Reha-Technik und HomeCare



#### Die Filiale in Ihrer Nähe

##### Poppenbüttel

In Alstertal-EKZ (Außengalerie)  
Heegbarg 19 ■ 22391 Hamburg  
Tel.: 040 6 02 15 14

#### Dienstleistungszentrale

##### Farmsen

Friedrich-Ebert-Damm 309  
22159 Hamburg  
Tel.: 040 6 45 96-0

# PSORIASIS- GESPRÄCHE.

NEUER MUT. NEUE HOFFNUNG. NEUE KRAFT.



Erfahren Sie mehr über die Behandlung der Schuppenflechte auf

[www.psoriasis-gespraech.de](http://www.psoriasis-gespraech.de)

Eine Initiative von





# Psoriasis (Schuppenflechte) – Was gibt es Neues?



**Dr. med. Christian Mensing**

Leiter Dermatologisches Ambulatorium Hamburg Alstertal  
Experte in der Behandlung von Psoriasis/Schuppenflechte

Im Dermatologischen Ambulatorium Hamburg Alstertal wird täglich eine Vielzahl an Patienten, die an Psoriasis (Schuppenflechte) leiden, behandelt. Die Ausprägung der Erkrankung variiert dabei stark. Einige Patienten haben nur einzelne betroffene Hautareale, andere wiederum einen Ganzkörperbefall, zum Teil ist nur die Kopfhaut befallen, manchmal auch nur die Nägel. In anderen Fällen kommt alles zusammen und es stellen sich sogar Gelenk- oder Sehnenschmerzen ein, die ebenfalls der Psoriasis zugeordnet werden können. Weiterhin kommen häufig deutliche Einschränkungen der Lebensqualität durch die Erkrankung hinzu.

In Deutschland sind ca. 2 bis 3 % der Bevölkerung von Psoriasis betroffen, welches ca. 1,6 bis 2,4 Millionen Menschen entspricht. Männer und Frauen sind im ausgeglichenen Verhältnis betroffen, wobei der Erkrankungsbeginn zumeist zwischen dem 15. und 25. Lebensjahr (75 % der Betroffenen) und zwischen dem 50. und 60. Lebensjahr (25 % der Betroffenen) beobachtet wird. Aber auch Kinder haben Psoriasis. Häufig werden die Hautveränderungen primär leider als Ekzeme erkannt. Man geht davon aus, dass eine Veranlagung zur Erkrankung Psoriasis vererbt wird. Häufig lässt sich bei Nachfragen ein weiteres, an Psoriasis erkranktes Familienmitglied feststellen.

Für die Entstehung der Psoriasis sind aber wohl auch zusätzliche Auslöser wie z. B. Infektionen, Stress, Medikamente, auch hormonelle Umstellung (Schwangerschaft), übermäßiger Alkoholkonsum usw. erforderlich. Intensive Forschungen in den letzten Jahrzehnten konnten inzwischen zeigen, dass es sich bei der Psoriasis nicht allein um eine Hauterkrankung handelt, sondern vielmehr eine Erkrankung des Immunsystems, in dem Entzündungsmechanismen falsch ablaufen.

Es konnte festgestellt werden, dass neben Hautveränderungen Psoriasis-Patienten erhöhte Risiken für Herzerkrankungen und Schlaganfälle, erhöhte Risiken für Depressionen, aber

auch Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes mellitus oder Hypercholesterinämien haben. Gerade letztere Erkenntnisse haben zu einem Umdenken auch in der Betreuung und Behandlung von Psoriasis-Patienten geführt.

Im Dermatologischen Ambulatorium Hamburg Alstertal werden Psoriasis-Patienten mit mittelschwerer Schuppenflechte gezielt auf mögliche begleitende Risikoerkrankungen, wie oben erwähnt, untersucht und ggf. fachübergreifend durch Internisten und Rheumatologen oder auch ernährungstherapeutisch mit- und weiterbehandelt.

Durch die im Dermatologischen Ambulatorium Hamburg Alstertal angebotenen umfassenden Therapien ist es möglich, fast jeden Psoriasis-Patienten adäquat zu behandeln. Neben klassischen Salbentherapien besteht die Möglichkeit zur Photo (Licht) -Therapie, hierbei auch der Bade-PUVA-Therapie und sämtlichen Systemtherapien (Tabletten, Spritzen oder Infusionstherapien) wie Methotrexat, Fumarsäureester, Ciclosporin oder auch moderne Medikamente wie Biologica.

Letztere haben die therapeutischen Optionen in den vergangenen Jahren deutlich erweitert und können insbesondere bei schweren therapeutisch bisher kaum beeinflussbaren Formen der Psoriasis fast vollständige Abheilungen erzielen.

Durch die im Dermatologischen Ambulatorium angeschlossenen MensingDermaresearch GmbH, einem Institut für klinische Arzneimittelprüfungen, können Patienten bereits im Rahmen von Studien in den Vorteil einer Behandlung mit noch innovativeren, moderneren Medikamenten zur Behandlung von Psoriasis kommen.

Trotz der positiven Entwicklung der Behandlungsmöglichkeiten bleibt festzuhalten, dass die Symptome/Hautveränderungen der Psoriasis derzeit behandelbar sind, jedoch noch keine Abheilung möglich ist. ■

# Hautkrebs: aktuelle Daten und Empfehlungen



## Prof. Dr. med. Hartwig Mensing

Leiter des Dermatologischen Ambulatoriums Hamburg Alstertal  
Experte in der Diagnostik und Behandlung von Hautkrebs

Hautkrebs gehört zu den häufigsten Krebsformen des Menschen. Grundsätzlich gibt es unterschiedliche Arten von Hautkrebs, wobei hier zwischen weißem und schwarzem Hautkrebs sowie anderen, selteneren Arten unterschieden wird.

### Weißer Hautkrebs

Für den weißen Hautkrebs ist primär die Belastung der Haut durch UV-Licht verantwortlich. Weißer Hautkrebs (Basalzellkarzinom und Plattenepithelkarzinom) tritt mit einer Häufigkeit von ca. 75–100 Fällen pro 100.000 Einwohner auf. Die Häufigkeit nimmt allerdings zu. Die Belastung durch UV-Licht steigt, zusätzlich reisen Menschen auf Kontinente, wo eine deutlich höhere UV-Strahlung vorherrscht. Menschen werden immer älter und erleben überhaupt den Hautkrebs. Die Prognose bei einer Erkrankung am weißen Hautkrebs ist prinzipiell gut. Die Tumoren metastasieren nur selten. Komplikationen entstehen häufig durch schwierige Lokalisationen der Tumoren, z.B. am Nasenflügel, wo es zu einem die Struktur zerstörenden Wachstum kommen kann.

Meist schon in den ersten 2–3 Lebensdekaden werden die Schäden durch übermäßige Sonnenbestrahlung gesetzt, die dann Jahrzehnte später an der Haut als sog. aktinische Keratosen, Basalzellkarzinome oder Plattenepithelkarzinome in Erscheinung treten. Zum Anfang sind es meist kleinere, raue, mit fest haftender Schuppung versehene Rötungen, die als Pickel, Verschorfung oder Reizung angesehen werden und zumeist im Gesicht, auf der Glatze und überhaupt bevorzugt in belichteten Hautarealen auftreten.

Als Faustregel sollte gelten, dass Veränderungen der beschriebenen Art, die länger als 2–3 Monate bestehen und nicht abheilen untersucht und einer entsprechenden Behandlung zugeführt werden sollten. Hierfür stehen neben der langzeitigen Anwendung spezieller Cremes vor allem schonende Sofortver-



fahren, wie Vereisung oder LASER-Therapie zur Verfügung. Als besonders effektiv und kosmetisch am vorteilhaftesten ist die sog. fotodynamische Therapie anzusehen, eine Kombination aus einer Cremeanwendung mit anschließender langwelliger Lichtaktivierung der Haut, die vornehmlich initiale Phasen dieses weißen Hautkrebs optimal beseitigen hilft und gleichzeitig darüber hinaus Prophylaxe darstellt. Sind die Tumoren allerdings zu groß und ihrem Tiefenwachstum zu dick geworden, hilft nur noch die operative Entfernung.

Um eine sichere Tumorentfernung zu erreichen, werden operative Sonderverfahren durchgeführt (mikroskopisch kontrollierte Chirurgie), bei der die Ränder und die Tiefe des entnommenen Gewebes exakt histologisch aufgearbeitet werden. Stellt sich heraus, dass in einem oder mehreren Randschnitten noch Tumorzellen befindlich sind, wird exakt dort so lange nachoperiert, bis die 100%-ige Tumorzellfreiheit erreicht und garantiert ist.

### Schwarzer Hautkrebs

Schwarzer Hautkrebs ist deutlich seltener. Heute finden sich statistisch 20 neue Melanome auf 100.000 Einwohner. Diese Zahl hat sich allerdings in den letzten 30 Jahren verdoppelt. In anderen Regionen der Welt, insbesondere Australien, kletterte diese Häufigkeit bereits auf 80–90 Melanome auf 100.000 Einwohner. Auch bei schwarzem Hautkrebs wird der Belastung der Haut durch UV-Licht eine entscheidende Rolle in der Tumor-

entstehung zugeschrieben. Insbesondere starke Sonnenbrände in der Kindheit scheinen hier von Bedeutung. Inzwischen hat man aber auch genetische Veränderungen in Melanomen nachweisen können, so z.B. bei Melanomen, die an deutlich seltener belichteten Arealen, wie Handtellern, Fußsohlen, Mundschleimhaut oder auch im Auge und Analbereich auftreten. Schwarzer Hautkrebs ist deutlich gefährlicher, da er zur Metastasierung/Streuung neigt. Daher ist hier die frühe Diagnose von ganz entscheidender Bedeutung.

### Vorbeugung und Therapie

Wesentliche, negative Voraussetzung für die Entwicklung von Melanomen sind insbesondere ein heller Hauttyp (rote Haare, grüne Augen) und wiederholt schwere Sonnenbrände in der Jugend- und frühen Erwachsenenzeit. Warnzeichen für eine beginnende Veränderung in einem Pigmentfleck sind Doppelfarbigkeit (hell und dunkel), asymmetrische Auswüchse und generell ein anderes Aussehen im Vergleich zu den übrigen, am Körper vorhandenen Pigmentflecken. Durch ein jährliches Hautkrebsscreening, ggf. unterstützt durch ein Auflichtmikroskop oder eine Videoauflichtmikroskopie können oberflächlich auffällige Pigmentmale erkannt werden.

Bleibt weiterhin unklar ob ein Pigmentfleck tatsächlich auffällig ist, so kann durch ein neues innovatives optisches Untersuchungsverfahren, MelaFind®, eine Analyse von Hautveränderungen unter der Haut erfolgen. Es wird eine sogenannte „optische Biopsie“ durchgeführt. Das zusätzliche Ergebnis der Analyse von Veränderungen unter der Haut hilft dem Dermatologen bei der Entscheidung ob der Pigmentfleck tatsächlich entfernt werden sollte oder belassen werden kann. Pigmentflecken werden durch dieses neue Verfahren weniger häufig unnötig entfernt, Frühformen von Melanomen werden eher erkannt.

Sollte eine Entfernung des Pigmentflecks erforderlich geworden sein und feingeweblich die Diagnose eines malignen Melanoms gestellt werden, erfolgt die Weiterbehandlung nach klar definierten Leitlinien, bzw. Empfehlungen.

Handelt es sich um eine Frühform, die noch sehr oberflächlich wächst, reichen die operative Entfernung mit einem kleinen Sicherheitsabstand aus. Ist der Tumor bereits tiefer in die Haut eingedrungen, sollte eine Lymphknotenanalyse und allgemeine Untersuchung durchgeführt werden, um so optimal wie möglich gegen eine drohende Streuung (Metastasierung) des Melanoms gewappnet zu sein. ■

## info

### Allgemeine Empfehlungen zum Schutz vor Hautkrebs

- › Angemessene Sonnenbäder möglichst nicht zur Zeit der Mittagssonne.
- › Die Verwendung von Sonnencremes mit hohem Lichtschutzfaktor. Hierbei sollte auf ein großzügiges, häufiges und nicht zu dünnes Auftragen der Sonnencreme geachtet werden.
- › Desweiteren empfiehlt sich bei starker Sonnenempfindlichkeit das Tragen von UV-protektiver Kleidung, dies gilt insbesondere für Kinder.
- › Regelmäßige Hautkrebsvorsorgen sollten beim Dermatologen durchgeführt werden.



#### ANZEIGE

### Neu in Hamburg: Hautkrebsuntersuchung, die unter die Oberfläche blickt

Das innovative MelaFind® System eröffnet dem Dermatologen eine neue Dimension: Erstmals können Muttermale nicht nur oberflächlich, sondern – direkt und ohne Gewebeentnahme – „in die Tiefe gehend“ untersucht werden. Frühformen von schwarzem Hautkrebs können so besser erkannt werden. Unnötige Entnahmen oberflächlich auffälliger, aber dennoch harmloser Muttermale lassen sich so deutlich verringern.

#### DIE VORTEILE DER WELTNEUHEIT MELAFIND®

- Direkter „Blick“ unter die Haut (bis zu 2,5 mm tief)
- Keine Gewebeentnahme, kein Infektionsrisiko
- Keine Schmerzen
- Untersuchungsergebnis ohne Warten



Deutschland-Premiere in unserer Praxis

**DURCHBRUCH IN DER UV-FILTERFORSCHUNG**

BEI EMPFINDLICHER HAUT  
UND SONNENALLERGIE.



**INNOVATION MEXOPLEX® –  
DIE EINZIGARTIGE UV-FILTER-TECHNOLOGIE!**

- Leistungsfähiger durch höheren UVA-Schutz LSF 50+/PPD 42 bei geringerer Konzentration an chemischen Filtern.\*
- Schützt noch zuverlässiger vor Sonnenallergie, Hautalterung und sichtbaren Veränderungen der Haut.
- Extra wasserfest. Leicht aufzutragen. Klebt nicht.

