

NEURODERMITIS BEI JUGENDLICHEN

Ein Patientenservice von Sanofi Genzyme

Mit wegweisenden Therapien
komplexen Erkrankungen begegnen.

SANOFI GENZYME 



Du leidest unter Neurodermitis und hast eine Menge Fragen dazu?



Dann geht es Dir wie vielen anderen Jugendlichen mit dieser Erkrankung.



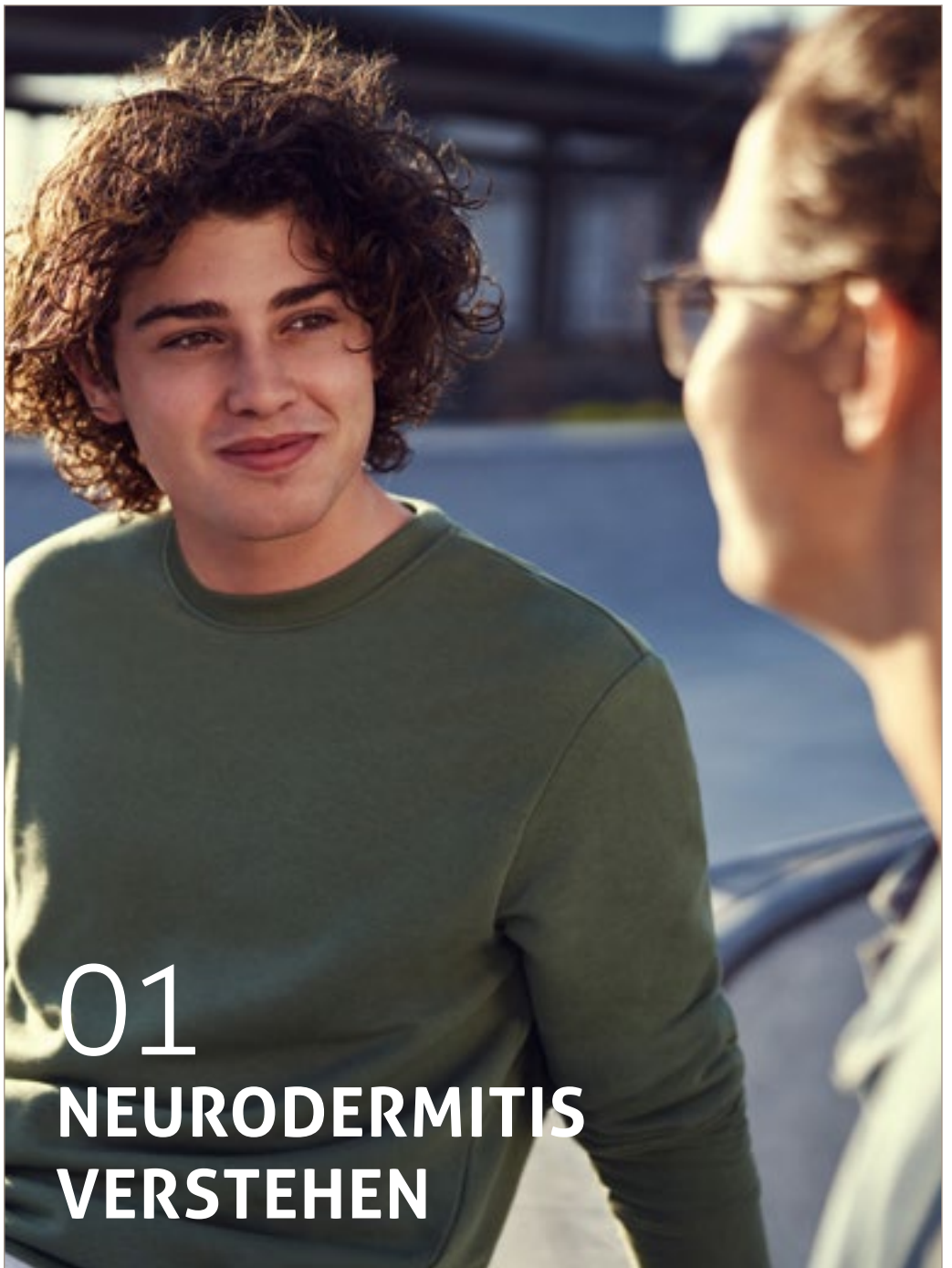
Dein Arzt/Deine Ärztin hat Dir zur Behandlung Deiner Neurodermitis eine Therapie mit DUPIXENT® (Dupilumab) verschrieben. Damit Du ergänzend zu den Gesprächen mit Deiner Ärztin oder Deinem Arzt Infomaterial zum Nachschlagen für zu Hause hast, haben wir diese Broschüre für Dich erstellt.

Auf den folgenden Seiten möchten wir Dir Deine Fragen beantworten und Dir Tipps geben, wie Du Deinen Alltag mit Neurodermitis gut bewältigen kannst.

Seite 04 Im ersten Teil der Broschüre geht es darum, die Krankheit besser zu verstehen.

Seite 08 Der zweite Teil erklärt Dir die Behandlung mit DUPIXENT®.

Seite 14 Praktische Hilfen zum Leben mit Neurodermitis findest Du im dritten Teil.



01

**NEURODERMITIS
VERSTEHEN**

Was ist Neurodermitis?

Neurodermitis ist eine chronische – also dauerhafte – Entzündung der Haut. Die Erkrankung ist nicht ansteckend, aber meistens verbunden mit starkem Juckreiz. In Deutschland sind Schätzungen zufolge 12,5 –14 % der Jugendlichen zwischen 11 und 17 Jahren von Neurodermitis betroffen.*

Was sind die typischen Symptome?

- Trockene Haut, oft gerötet und schuppig
- Ekzeme (entzündete, teils blutende Hautstellen)
- Häufig sehr starker Juckreiz
- Manchmal Hautverdickungen mit Knötchen oder Pusteln



*www.kiggs-studie.de, letzter Zugriff: 01/2021

Wo liegen die Ursachen für Neurodermitis?

An der Entstehung einer Neurodermitis sind meistens mehrere Faktoren beteiligt. Wie genau diese Ursachen zusammenhängen, ist allerdings noch nicht genau geklärt.



Falsche Hautpflege
(z. B. Seifen mit falschem pH-Wert oder hautreizende Pflegeprodukte)

Allergieauslösende Stoffe (z. B. Nahrungsmittel, Pollen, Gräser)

Hautreizende Kleidung (z. B. aus Wolle) oder **hautreizendes Waschmittel**

Infektionen auf der Haut durch Bakterien, Viren oder Pilze

Ungünstiges Klima (z. B. kalte Jahreszeit, trockene Raumluft)

Umweltschadstoffe und **Zigarettenrauch**

Wie verläuft die Krankheit?

Bei Jugendlichen sind typischerweise die Ellenbeugen, Kniekehlen oder Hand- und Fußgelenke betroffen, teilweise auch der Hals oder die Augenlider.

Fast immer tritt die Erkrankung in Schüben auf.

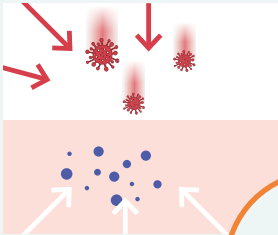
In den Ruhephasen erscheint die Haut fast gesund, die Neurodermitis ist jedoch nicht ausgeheilt.

Worin besteht die Gefahr beim Juckreiz?

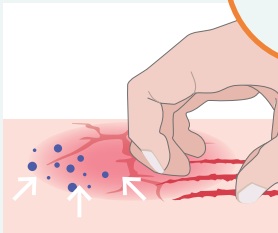
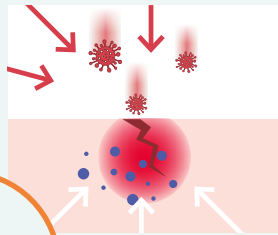
In den akuten Phasen löst der Juckreiz einen Teufelskreis aus:

Wenn Du die juckende Stelle kratzt, wird das Jucken zwar für einen kurzen Moment besser. Allerdings wird Deine Haut durch das Kratzen weiter geschädigt, so dass neue Reizstoffe eindringen können und die Entzündung verstärkt wird.

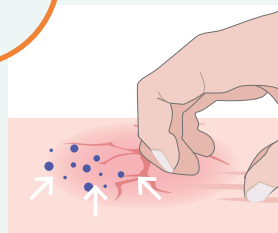
Eindringen von Reizstoffen in die geschädigte Haut



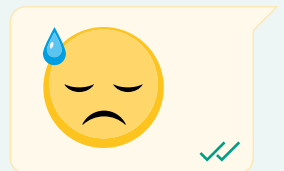
Entzündung



Kratzen



Juckreiz





02

BEHANDLUNG MIT
DUPIXENT®

Was ist DUPIXENT®?

DUPIXENT® wird angewendet zur Behandlung von mittelschwerer bis schwerer atopischer Dermatitis (AD) bei Erwachsenen und Jugendlichen ab 12 Jahren und bei Kindern ab 6 Jahren mit schwerer AD, die für eine systemische Therapie in Betracht kommen.

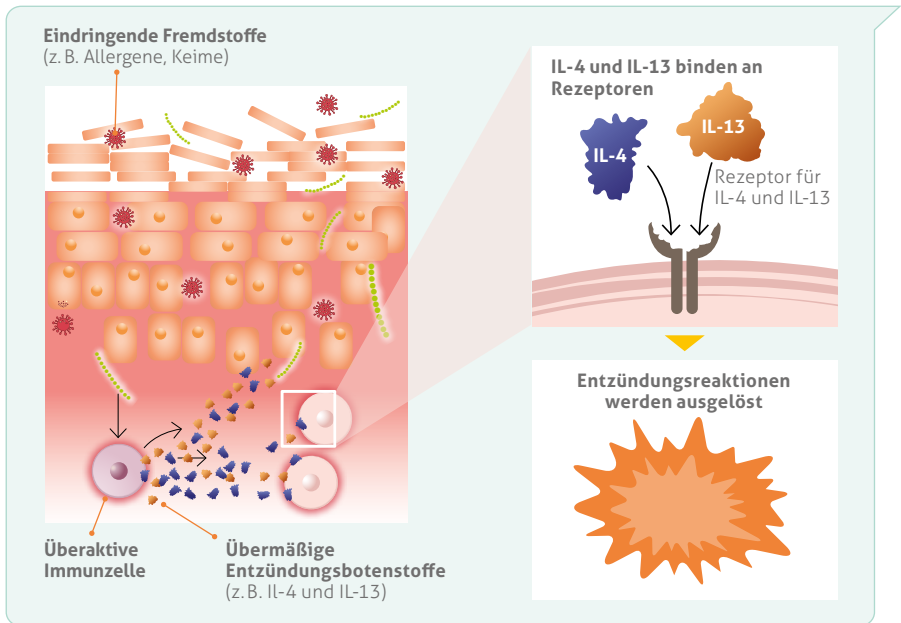
Der Wirkstoff von DUPIXENT® heißt Dupilumab und ist ein sogenanntes Biologikum. Das bedeutet, dass der Wirkstoff im Labor von lebenden Zellen produziert wird.

Das Biologikum Dupilumab ist ein Antikörper, der bestimmte Mechanismen im Körper blockiert und dadurch Entzündungsvorgänge stoppen kann.

Wie wirkt DUPIXENT®?

Bei Neurodermitis ist die Funktion der Hautbarriere beeinträchtigt. Fremdstoffe können eindringen und Entzündungen hervorrufen. Zudem ist das Immunsystem überaktiv und bestimmte Immunzellen (z. B. TH2-Zellen) produzieren vermehrt Entzündungsbotenstoffe wie die Interleukine IL-4 und IL-13. Diese Botenstoffe binden an bestimmte Andockstellen (Rezeptoren) auf den Hautzellen und lösen dadurch Entzündungsreaktionen aus.

Der Antikörper DUPIXENT® besetzt die Rezeptoren für IL-4 und IL-13. So können die Botenstoffe nicht mehr daran binden und die Entzündungsreaktion wird verhindert.



Wie kann mir DUPIXENT® helfen?

Hautentzündungen können verringert werden



Juckreiz und Schmerzen können abnehmen



Dadurch werden Schlafstörungen weniger...



Angst und Depressionen bessern sich...



Gesamtlebensqualität steigt!



Kann DUPIXENT® Nebenwirkungen haben?

Wie alle Medikamente können auch bei DUPIXENT® Nebenwirkungen auftreten. Hierzu gehören zum Beispiel Hautrötungen an der Einstichstelle, Kopfschmerzen, juckende Augen, entzündete Augenlider oder Bläschen an den Lippen.

Solltest Du bei Dir eine Nebenwirkung feststellen, sprich unbedingt mit Deiner Ärztin oder Deinem Arzt darüber.

Selten kommt es zu stärkeren Nebenwirkungen wie Atemproblemen, Schwindel, Hautausschlag oder Fieber. **Bei stärkeren Nebenwirkungen informiere sofort Deine Eltern oder Ärzte.**

Denk zudem daran, DUPIXENT® rechtzeitig vor dem Spritzen aus dem Kühlschrank zu nehmen und für 45 Minuten (300mg) / 30 Minuten (200mg) bei Raumtemperatur liegen zu lassen, da das Spritzen einer kalten Lösung unangenehm sein kann.

Vollständige Informationen zu Nebenwirkungen und zur richtigen Anwendung findest Du in Deiner DUPIXENT®-Packungsbeilage (Gebrauchsinformation).

Hast Du Fragen? Wir sind für Dich da!

**Telefon: 0800 40 500 20
(gebührenfrei aus dt. Netzen)**

**E-Mail:
service@meinneurodermitisbegleiter.de**

Wie gehe ich im Alltag mit DUPIXENT® um?

- DUPIXENT® kann allein oder zusätzlich zu anderen Mitteln angewandt werden, die Du äußerlich auf die Haut aufträgst.
- DUPIXENT® muss unter die Haut gespritzt werden (subkutane Injektion), und zwar mit einer Fertigspritze oder einem Fertigen.
- In Absprache mit Deinem/r Arzt/Ärztin kannst Du DUPIXENT® nach einigem Üben auch selbst spritzen.
- Die Dosierung wird von Deinem/r Arzt/Ärztin festgelegt. Nur beim ersten Mal benötigst Du zwei Injektionen.
- DUPIXENT® muss alle zwei Wochen gespritzt werden. Es handelt sich um eine durchgehende Langzeittherapie. Am besten richtest Du Dir dafür auf dem Smartphone eine 14-tägige Erinnerung ein.
- Aufbewahren solltest Du DUPIXENT® immer in der Originalverpackung im Kühlschrank bei 2-8°C.
- Im Urlaub kannst Du DUPIXENT® ausnahmsweise maximal 14 Tage bei Temperaturen bis 25°C lichtgeschützt aufbewahren. Wichtig: DUPIXENT® innerhalb der 14 Tage aufbrauchen.
- Wenn Du ins Ausland fährst, solltest Du Dir von Deinem/r Arzt/Ärztin eine Zollbescheinigung für die Grenze oder die Flughafenkontrolle besorgen.
- Solltest Du DUPIXENT® zu früh anwenden oder eine Injektion vergessen, dann sprich mit Deinem/r Arzt/Ärztin darüber.

Lies Dir die Packungsbeilage (Gebrauchsinformation) von DUPIXENT® sorgfältig durch, denn dort findest Du alles Wichtige rund um die Anwendung von DUPIXENT® ausführlich erklärt.



**Weitere Informationen findest Du auf www.leben-mit-neurodermitis.info
Hier gibt es auch einen Login-Bereich, in dem Du Dich mit der Chargennummer auf Deiner DUPIXENT®-Verpackung einloggen kannst.**

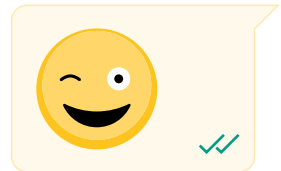


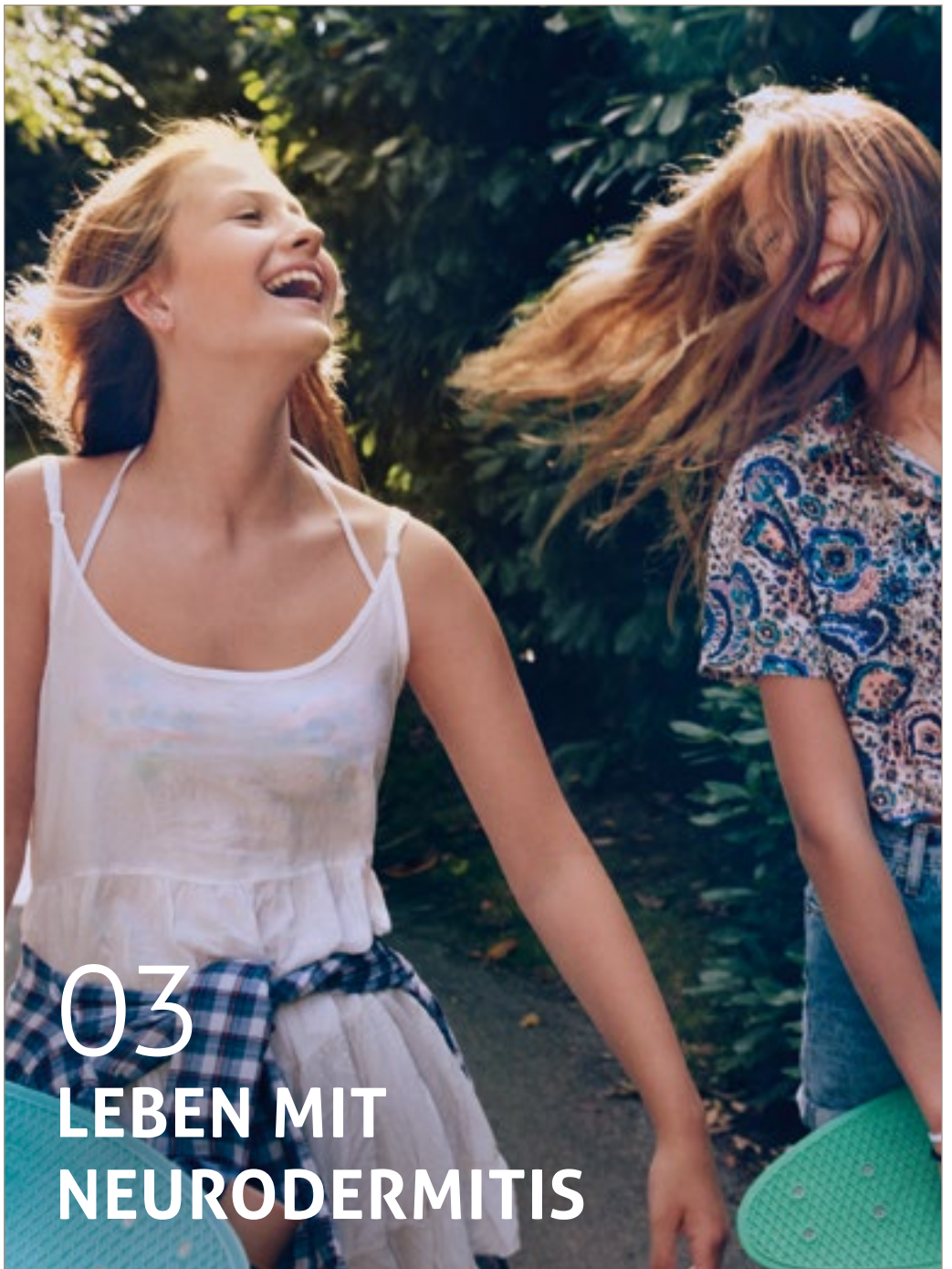
Dein DUPIXENT®-Starterpaket zum Durchstarten!

Möchtest Du genauer wissen, wie DUPIXENT® in Deinem Körper wirkt? Oder hast Du Fragen zur richtigen Anwendung? Dein Starterpaket enthält alle wichtigen Infos für Dich:

- eine kurze Infobroschüre
- eine ausführliche Anwendungsbroschüre
- eine Zollbescheinigung für Reisen
(ärztliche Bescheinigung falls Du verreisen solltest)
- ein Anleitungsvideo, das Du Dir jederzeit online ansehen kannst

Denke bitte daran, unbedingt auch die Packungsbeilage von DUPIXENT® (Gebrauchsinformation) zu lesen. Falls Dir etwas unklar sein sollte, frage Deine Eltern oder wende Dich direkt an Deine Ärztin/Deinen Arzt.





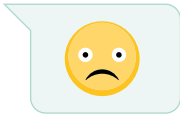
03

**LEBEN MIT
NEURODERMITIS**

Wie kann ich mich auf einen Arzttermin vorbereiten?

- Um den Erfolg der Therapie zu sichern, ist es wichtig, dass Deine Ärztin oder Dein Arzt Dich regelmäßig sieht.
- Notiere Dir vor dem Arzttermin, was Du besprechen möchtest, und frage nach, wenn Du etwas nicht verstanden hast.
- Von großer Bedeutung ist, wie sehr Dich die Neurodermitis in Deinem täglichen Leben beeinflusst (Dauer und Intensität Deiner Beschwerden, Auswirkungen auf Stimmung, Schlaf und Alltag).
- Mit Hilfe eines Neurodermitis-Tagebuchs kann Deine Ärztin oder Dein Arzt besser einschätzen, wie gut die Therapie bei Dir wirkt, und so die Behandlung, falls nötig, anpassen.

Checkliste: Wie sehr hat Deine Neurodermitis Einfluss auf ...



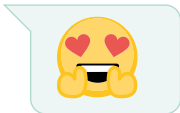
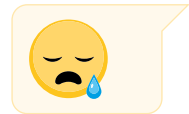
... die Intensität der körperlichen Beschwerden?

... die Dauer der körperlichen Beschwerden?



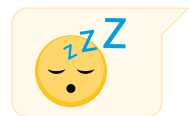
... die täglichen Aktivitäten?

... die Stimmung?



... die sozialen Beziehungen?

... die Schlafqualität?



Wie komme ich im Alltag mit Neurodermitis zurecht?

Du fühlst Dich **oft unsicher** wegen Deiner Neurodermitis und Dein **Selbstbewusstsein** leidet unter der Erkrankung?

Je besser Du über Deine Neurodermitis Bescheid weißt, und sie lernst als Teil Deines Lebens anzunehmen, desto selbstsicherer kannst Du damit umgehen.

Sprich möglichst viel mit Deinen Ärzten über Deine Fragen und informiere Dich auf Internetseiten von Patientenorganisationen – die Adressen findest Du auf S. 19.



Du wirst **in der Schule gemobbt** oder hast **Angst**, wegen Deiner Haut abgelehnt zu werden?

Rede mit anderen offen über Deine Krankheit und hilf ihnen zu verstehen, was Neurodermitis bedeutet und welche Auswirkungen die Erkrankung auf Dein Leben hat.

Antworten auf häufige Fragen Deiner Mitmenschen findest Du auf:
www.leben-mit-neurodermitis.info



Du bist manchmal **deprimiert** oder ziehst Dich vor anderen zurück, weil Du Dich den Fragen und Blicken nicht gewachsen fühlst?

Professionelle psychische Unterstützung kann Dir helfen, eine seelische „Rüstung“ aufzubauen und mehr innere Stärke zu entwickeln.

Erzähle Deinen Ärzten von Deinen Ängsten und Problemen und bitte sie, Dir professionelle Hilfe zu vermitteln.



Du fühlst Dich der Krankheit ausgeliefert und bist deswegen öfter mal **wütend oder verzweifelt**?

Tausch Dich mit anderen Menschen aus, die auch Neurodermitis haben. Du wirst merken, dass es ihnen ähnlich geht wie Dir.

Patientenorganisationen oder Fachärzte können Dir helfen, andere Betroffene, Selbsthilfegruppen oder Anlaufstellen zu finden.



Du kannst wegen dem **Juckreiz** oft **nicht schlafen** und bist deswegen tagsüber **nicht so leistungsfähig** oder **leicht reizbar**?

Versuche Deine Schlafqualität zu steigern, indem Du zum Beispiel Entspannungstechniken übst und abends juckreizstillende Mittel verwendest.

Neurodermitis-Schulungen helfen Dir, Bewältigungsstrategien für den Alltag zu entwickeln:

www.neurodermitisschulung.de



Du möchtest gerne **Sport treiben**, doch der **Schweiß reizt Deine Haut** und verschlimmert die Neurodermitis?

Verwende unbedingt atmungsaktive Sportkleidung, um die Schweißbildung auf der Haut zu minimieren.

Probiere verschiedene Sportarten aus und suche Dir welche, die Deine Haut nicht zu sehr reizen und Dir auch seelisch gut tun.



Du fragst dich, wie Du in einer **Liebesbeziehung** mit Deiner Neurodermitis umgehen kannst?

Es erfordert etwas Übung und Geduld, bis Du lernst, körperliche und emotionale Nähe in romantischen Beziehungen zuzulassen.

Offenheit in der Partnerschaft ist sehr wichtig: Sprich von Anfang an mit Deinem/r Partner/in über Deine Neurodermitis und alle Probleme, die damit verbunden sind.



Du weißt nicht, welche **Körperpflegeprodukte** oder **Kosmetik** Du mit Deiner Neurodermitis verwenden darfst?

Am besten sind seifenfreie, pH-neutrale Produkte ohne Parfum und vor allem eine tägliche Basis-Pflege mit rückfettenden Stoffen.

Im Zweifelsfall solltest Du hier immer Deine behandelnden Ärzte fragen oder Dir spezielle Produkte verschreiben lassen.

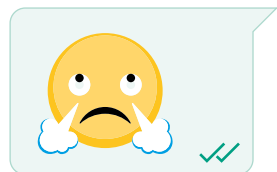
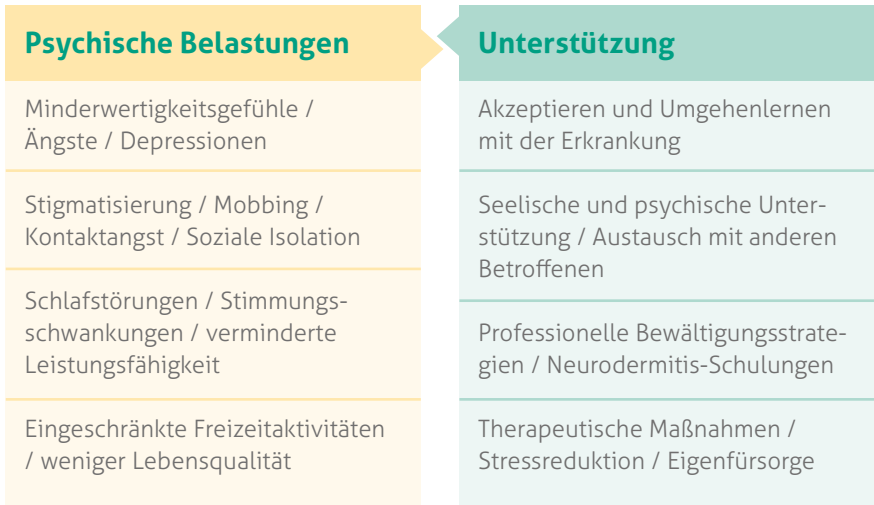
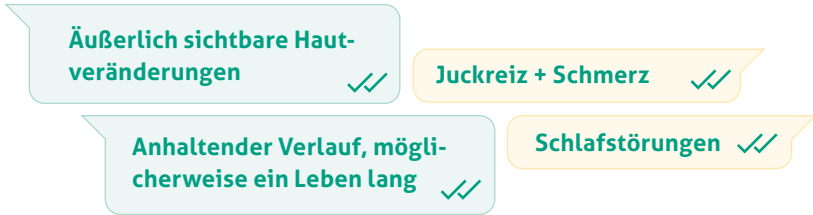
Eine nützliche Checkliste mit weiteren Tipps zur Körperpflege findest Du zum Beispiel auf der Internetseite der Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin (GPAU). Über den QR-Code auf S. 19 gelangst du direkt dorthin.



Was hat meine Psyche mit der Neurodermitis zu tun?

Körperliche und psychische Belastungen durch Neurodermitis hängen eng zusammen. Die psychische Belastung durch die Erkrankung wird von Außenstehenden jedoch oft unterschätzt.

Körperliche Belastungen



Wo finde ich weitere Unterstützung?

Die wichtigste Anlaufstelle ist Deine Ärztin oder Dein Arzt.
Es gibt aber noch mehr Hilfe!
Patientenorganisationen können Dir auch weiterhelfen:

- **www.neurodermitis.net**
Bundesverband Neurodermitis e.V.
- **www.dha-allergien.de**
Deutsche Haut- und Allergiehilfe e.V. (DHA)
- **www.daab.de**
Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V. (DAAB)
- **www.aak.de**
Arbeitsgemeinschaft Allergiekranke Kind – Hilfen für
Kinder mit Asthma, Ekzem oder Heuschnupfen – (AAK) e.V.
- **www.neurodermitis-bund.de**
Deutscher Neurodermitis Bund e.V. (DNB)

Empowerment durch Schulungen

Spezielle Neurodermitis-Schulungen vermitteln aktuelles Wissen und fördern
Dein Selbstmanagement im Umgang mit der Neurodermitis.
Durch mehr Verständnis für die Erkrankung und das Erlernen von Strategien zur
Bewältigung des Alltags kannst Du Deine Neurodermitis positiv beeinflussen.

www.neurodermitisschulung.de

Arbeitsgemeinschaft Neurodermitisschulung e.V. (AGNES)

Sonstige weitere Informationen:

- www.leben-mit-neurodermitis.info
- www.dha-neurodermitis.de
- www.dha-schwere-neurodermitis.de

Hier gehts
zur Hautpflege-
Checkliste



Gut informiert mit DUPIXENT®

Deine Ärzte beantworten Dir alle Fragen rund um Deine Therapie mit DUPIXENT®.

Wenn Du zu Hause in Ruhe nochmal alles nachlesen möchtest, schau Dir einfach die Infobroschüre an. Du findest sie in Deinem Starterpaket.



Weitere Infos findest Du auch unter
www.leben-mit-neurodermitis.info



343062 MAT-DE-2004324-1.0-12/2020