

Endlich ein Plan gegen das Jucken

Nach jahrelanger Leidensgeschichte findet Juckreiz-Patientin Hilfe im Kompetenzzentrum Chronischer Pruritus in Münster.

Cortisonsalben, glutenfreie Kost, Antihistaminika, Kuraufenthalte, naturheilkundliche Behandlungen – Ute S. (Name ist der Redaktion bekannt) hat seit ihrem 18. Lebensjahr eine ganze Menge Therapien durchlaufen, die eins gemeinsam hatten: Auf Dauer half keine der Behandlungen, den andauernden Juckreiz an Armen und Beinen zu lindern, der sie über all die Jahre quälte. Auch eine exakte Diagnose bekam sie bis zu ihrem 47. Lebensjahr nicht, nur Vermutungen. Die Knoten und Papeln, die sich im Laufe der Jahre an den besonders betroffenen Hautarealen gebildet hatten und die ihrerseits entsetzlich juckten, konnte keiner der unterschiedlichen Haut- und Hausärzte einordnen. Dass die 52-jährige heute fast symptomfrei lebt, hat sie dem Team des Kompetenzzentrums Chronischer Pruritus (KCP) des Universitätsklinikums Münster zu verdanken. Das Zentrum steht unter der Leitung der Dermatologin Prof. Dr. Sonja Ständer, eine Wissenschaftlerin auf dem Gebiet der Juckreizforschung. Schon als Ute S. zum ersten Mal in die Sprechstunde nach Münster kam, stellte die behandelnde Ärztin beim Blick auf das Hautbild eine erste Diagnose: Prurigo nodularis, die Maximalvariante des chronischen Juckreizes. Was nun folgte, beschreibt Ute S. als den Beginn eines neuen Lebens: Einen Monat nach der Erstuntersuchung durchlief sie ein stationäres Diagnostik- und Behandlungsprogramm in Münster. Vorausgegangene Untersuchungen hatten ergeben, dass die Ursache ihres chronischen Juckreizes eine Neurodermitis war. In der Folge des jahrelangen Kratzens gegen den Juckreiz hatten sich außerdem rötlich-braune Knoten auf der Haut gebildet.

Um eine Prurigo nodularis erfolgreich behandeln zu können, ist die Behandlung der Juckreiz auslösenden Grunderkrankung unbedingt notwendig. Denn neben einer Neurodermitis oder anderen Hauterkrankungen können auch Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes, Leber- oder Nierenerkrankungen Ursache des chronischen Juckens sein. Die medikamentöse Therapie für Ute S. bestand in einer zunächst hochdosierten Gabe von Immunsuppressiva. „72 Stunden nach der ersten Einnahme war der Juckreiz nahezu verschwunden“, erinnert sich Ute S. an den Beginn ihrer Heilung. Parallel dazu unterstützte sie die Heilung und Beruhigung der Haut durch eine medizinische Basispflege, besonders schlimm juckende Knoten wurden mit Cortison unterspritzt, um möglichst schnell den Teufelskreis aus Juckreiz und Dauerkratzen zu durchbrechen. Die Folge dieses individuell erarbeiteten Therapieplans: Bis heute ist Ute S. nahezu symptomfrei.

Durch eine kleine Zeitungsnotiz war Ute S. 2009 auf das Kompetenzzentrum aufmerksam geworden. Ihre jahrelange Leidensgeschichte, ihre Odyssee durch unterschiedliche Praxen und Kliniken, ständiger Schlafmangel und eine hohe psychische Belastung durch Arbeit und Todesfälle im engeren Familienkreis hatten die zweifache Mutter und berufstätige Fachkrankenschwester für Anästhesie und Intensivmedizin damals an den Rand ihrer Kräfte gebracht. „Nichts half, ich habe einfach ausgehalten und versucht, die Krankheit nicht zum Mittelpunkt meines Lebens zu machen, aber wie lange ich das noch geschafft hätte, weiß ich nicht“, so Ute S.. Dass sie am KCP erstmals ein Behandlersteam an ihrer Seite hatte, das ihre Erkrankung fundiert einordnen konnte und einen wirksamen Therapieplan erstellte, bedeutete für sie den Beginn eines Lebens, in dem ein normaler Alltag wieder möglich ist. Durch die Behandlung der Grunderkrankung ließ zunächst der Juckreiz nach. In der Folge heilte die verletzte Haut ab und auch die Knoten bildeten sich langsam zurück. Je

besser es ihr gesundheitlich ging, desto mehr normalisierte sich ihr Schlaf, Müdigkeit und Konzentrationsschwächen ließen nach, die Lust am Leben kehrte zurück. „Die Ärzte in Münster hatten von Anfang an einen Plan und der ist aufgegangen“, erklärt Ute S. kurz und bündig. Dass die Therapie bis heute so gut anschlägt und die Dosis der Immunsuppressiva auf ein Minimum reduziert werden konnte, ist auch der Tatsache zu verdanken, dass der Behandlungsplan für die Patientin auch umsetzbar ist und war. „Natürlich wusste ich, dass Stress die Juckattacken verschlimmerte, aber den ärztlichen Rat, Stress zu vermeiden, habe ich immer als Hohn empfunden“, erinnert sich Ute S. an Empfehlungen der Vergangenheit. Denn die Dauerbelastung durch die Erkrankung war ja gerade Auslöser des Stress' und machte die Anforderungen von Beruf, Familie, Pflege der kranken Mutter und weiteren psychischen Belastungssituationen zu einer kaum zu bewältigenden Aufgabe. Im KCP kümmerte man sich nach einer ausführlichen Untersuchung so schnell wie möglich um die Behandlung der Grunderkrankung und genau das öffnete den Weg für eine Linderung der quälenden Symptome.

Heutzutage hat sie gelernt, mit ihren Kräften zu haushalten. Eine Arbeitszeitverkürzung und eine Neuorganisation des Dienstplans bringen zum Beispiel Entlastung. Regelmäßige Spaziergänge mit dem Hund und möglichst viel Aufenthalt im eigenen Garten sind weitere Faktoren, die zum Lebensglück beitragen. „Ich habe gelernt, gut für mich zu sorgen“, weiß Ute S.. Dass manchmal der Juckreiz zurückkehrt, wie im vergangenen Winter geschehen, hält sie nicht mehr einfach aus, sondern macht sich mit Hilfe ihrer Hausärztin auf die Suche nach dem Auslöser. Im Winter stellte die Ärztin beispielsweise einen Vitamin D-Mangel fest, der schnell behoben werden konnte, der Juckreiz verschwand. Dass die Einnahme von Immunsuppressiva schwerwiegende Nebenwirkungen haben kann, weiß sie. Aber auch mit diesem Risiko fühlt sie sich nicht alleingelassen. Eine gute und vertrauensvolle Beziehung zu ihrer Hausärztin und regelmäßige Kontrolluntersuchungen im Münsteraner Kompetenzzentrum, bei denen Blutwerte, Leber- und Nierenwerte erhoben werden, schaffen Sicherheit. „Für meine wieder gewonnene Lebensqualität nehme ich das Risiko von Nebenwirkungen gerne auf mich“, erklärt Ute S. dazu.