

Schuppenflechte bei Kindern und Jugendlichen – die wichtigsten Fragen und Antworten

Liebe Eltern,

der Arzt hat bei Ihrem Kind Schuppenflechte festgestellt. Vielleicht schwirren Ihnen viele Fragen durch den Kopf? Das ist normal und geht anderen Eltern ähnlich. Hier beantworten wir Fragen, die Eltern häufig in der gleichen Situation stellen. Das soll Ihnen den Alltag mit Schuppenflechte ein Stück leichter machen. Zuerst zwei Dinge, die Sie über diese Erkrankung unbedingt wissen sollten:

- **Ihr Kind kann mit Schuppenflechte gut leben und alles machen, was es möchte und was andere Kinder auch tun.**
- **Die Schuppenflechte ist heute gut behandelbar. Verfügbare Medikamente können die Beschwerden deutlich verbessern und wirken oft so gut, dass von der Schuppenflechte fast nichts mehr zu sehen ist.**



Das Wichtigste zuerst:

Ein offener Umgang in der Familie ist für alle hilfreich. Wenn ein Kind erkrankt, kann das Veränderungen für sämtliche Familienmitglieder zur Folge haben. Als Eltern machen Sie sich wahrscheinlich viele Sorgen um Ihr krankes Kind, und gesunde Geschwisterkinder bekommen im Moment vielleicht nicht die gleiche Aufmerksamkeit. Offen darüber zu sprechen macht es für alle leichter.

Bleiben Sie gleichzeitig aufmerksam, wenn sich Ihr Kind zurückzieht, nicht reden möchte und traurige Phasen immer wiederkehren. Leidet Ihr Kind stark unter der Schuppenflechte, sollten Sie sich zusätzliche Unterstützung durch einen Kinder- und Jugendpsychologen suchen und mit dem behandelnden Arzt sprechen.

1. Muss unser Kind ein Leben lang Medikamente nehmen?

Ja: Schuppenflechte ist eine dauerhafte (chronische) Krankheit, die bisher nicht heilbar ist. Verfügbare Medikamente können die Schuppenflechte jedoch unter Kontrolle halten, sodass sie im Leben Ihres Kindes nur eine kleine, untergeordnete Rolle spielt – wenn überhaupt. Damit Ihr Kind im Alltag das tun kann, was es will. Sprechen Sie immer zunächst mit dem behandelnden Arzt, bevor Sie Medikamente absetzen oder pausieren.

2. Sollten wir die Schule über die Schuppenflechte informieren?

Ja: Lehrer sollten über die Krankheit Bescheid wissen, damit sie Ihr Kind aufmerksam begleiten und unterstützen können. Nur wenn sie informiert sind, können die Pädagogen bei unangenehmen Blicken und verletzenden Kommentaren richtig eingreifen. Lehrer sollten wissen, dass die Schuppenflechte für Jugendliche eine Herausforderung sein kann und depressive Phasen und Rückzug nicht ungewöhnlich sind. Sie sollten ein Auge darauf haben und gegebenenfalls positiv motivierend auf Ihr Kind einwirken.

3. Darf unser Kind am Sport- und Schwimmunterricht teilnehmen?

Ja: Grundsätzlich kann Ihr Kind am Sport- und Schwimmunterricht teilnehmen. In aktiven Schubphasen, wenn die Haut rot ist und schuppt, können starkes Schwitzen und das gechlorte Wasser im Schwimmbad den Juckreiz verstärken. Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber und entscheiden Sie gemeinsam, ob eine Teilnahme sinnvoll ist. Der Hautarzt oder Kinderarzt kann gegebenenfalls ein Attest ausstellen. Wenn Ihr Kind am Sportunterricht teilnimmt, achten Sie auf lockere und atmungsaktive Kleidung und eine gute Hautpflege nach dem Unterricht zu Hause – insbesondere nach dem Schwimmen.



4. Was können wir unserem Kind Gutes tun?

Stark machen und unterstützen: Verstohlene Blicke oder offensichtliches Glotzen, blöde Sprüche oder auffälliges Getuschel – helfen Sie Ihrem Kind, selbstbewusst mit den Reaktionen des Umfelds auf die Schuppenflechte umzugehen. Überlegen Sie gemeinsam, wie Ihr Kind in solchen Situationen reagieren und was es sagen kann. Suchen Sie für sich und Ihr Kind den Austausch mit Familien, die ebenfalls betroffen sind. Kontakte zu anderen Betroffenen und weitere Unterstützung finden Sie bei Selbsthilfegruppen vor Ort und bei der Patientenorganisation Deutscher Psoriasis Bund e.V., die Elternkurse und Jugendcamps anbietet.

Auf Übergewicht achten und zum Sport motivieren: Ein gesundes Körpergewicht hat besonders für Menschen mit Schuppenflechte Vorteile. Übergewicht ist genauso wie Stress ein möglicher Auslöser von Schüben. Sport hilft, sowohl Übergewicht als auch Stress abzubauen.

Ausgleiche schaffen: Gerade am Anfang der Erkrankung bestimmen oft Arztbesuche, Medikamente und Behandlungsmöglichkeiten den Alltag. Denken Sie daran: **Die Schuppenflechte ist nicht das einzige Thema in Ihrem Leben und dem Ihres Kindes.** Schaffen Sie gemeinsam einen Ausgleich und zeigen Sie Ihrem Kind immer wieder, dass es viel mehr ist und sein kann.

5. Was sollten wir während der Pubertät beachten?

Hormonelle Veränderungen während der Pubertät und Menstruation können als Trigger wirken und eine Verschlechterung der Schuppenflechte auslösen. Das gleiche gilt für **Alkohol und Zigaretten**. Bestärken Sie Ihr Kind darin, Nein zu sagen und zu seiner Meinung zu stehen.

Die Pubertät ist die **Zeit der großen Veränderungen**. Viele Jugendliche wollen gerade jetzt nicht anders sein oder aussehen. Es kann passieren, dass Ihr Kind die Medikamente nicht mehr regelmäßig einnimmt und die Krankheit verdrängen möchte. Unterstützen Sie Ihr Kind in dieser Zeit besonders stark in dem Lernprozess, Verantwortung für das eigene Leben und die Gesundheit zu übernehmen. Vielleicht hilft in dieser Situation der Austausch mit anderen Jugendlichen, die Schuppenflechte haben. Anlaufstelle hierfür sind Selbsthilfegruppen vor Ort und Patientenorganisationen wie der Deutsche Psoriasis Bund e.V.

6. Vererbt mein Kind die Schuppenflechte an seine Kinder?

Die Schuppenflechte ist nicht direkt vererbbar. Sie kommt zwar in manchen Familien gehäuft vor, aber nicht alle Menschen mit dieser genetischen Veranlagung erkranken daran. Erst wenn noch weitere auslösende Faktoren dazukommen, tritt die Erkrankung auf. Welche Faktoren das im Einzelnen sind, ist noch nicht vollständig bekannt.

Hoffentlich konnten wir einige Ihrer Fragen beantworten. Mit offenen Fragen zu Erkrankung oder Behandlung können Sie sich immer vertrauensvoll an Ihren Arzt wenden. Wenn es um den Alltag mit Schuppenflechte geht, empfinden viele den Austausch mit anderen Eltern als hilfreich. Die Patientenorganisation Deutscher Psoriasis Bund e.V. bietet Unterstützung für Eltern und Jugendliche.

Und vergessen Sie nicht: Ihr Kind ist viel mehr als nur die Schuppenflechte und kann auch mit dieser Erkrankung das tun, was es möchte.

Alles Gute für Ihre Familie!

Haben Sie medizinische Fragen zur Erkrankung Ihres Kindes oder zu Novartis-Produkten (z.B. Einnahme, Wirkung, mögliche Nebenwirkungen, Kombinationen bzw. Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten), dann kontaktieren Sie das medizinisch-wissenschaftliche Team des Novartis-Infoservice unter:

Tel.: 0911-273 12 100 (Mo.-Fr., von 08:00-18:00 Uhr)

Fax: 0911-273 12 160

E-Mail: infoservice.novartis@novartis.com

Web: www.infoservice.novartis.de

Info-Seiten für Patienten mit Schuppenflechte

 www.facebook.de/Hautwende

 www.psoriasis.info

Quellen: Augustin M et al., *Arch Dermatol Res* 2016;308:389-400. • International Federation of Psoriasis Associations, <https://ifpa-pso.com/>. • Schuppenflechte: Was Sie schon immer über Psoriasis wissen wollten; Ulrich Mrowietz, Gerhard Schmid-Ott, Karger Verlag, 4. Auflage (2017). • Mease PJ et al.: Prevalence of rheumatologist-diagnosed psoriatic arthritis in patients with psoriasis in European/North American dermatology clinics. In: *J Am Acad Dermatol*. 2013; 69; S. 729-735. • von Kiedrowski et al.: Aktualisierter praxisnaher Behandlungspfad – Empfehlungen für die ambulante Versorgung von Psoriasis vulgaris. • Schuppenflechte (Psoriasis) – DPB-Patientenbroschüre; Deutscher Psoriasis Bund e.V.

