



## Neurodermitis und Ernährung

Bis zu **20 % aller Kinder** sind von Neurodermitis betroffen. Dünner werdende **Haut im Alter** und zunehmende **Hauttrockenheit** kann die Krankheit auch später auftreten lassen. Symptome sind sichtbar und die Krankheit ist vor allem eine psychische Belastung und Herausforderung im Alltag. Ernährung kann Leid lindern.

Neurodermitis ist eine **genbedingte Hauterkrankung** und zählt zu den chronischen Krankheiten.

Zur wichtigsten Behandlung zählt vor allem die richtige Pflege. Die Beschwerden wie permanenter Juckreiz, Rötungen und Ekzeme können allerdings durch Allergien und Reize von außen drastisch verstärkt werden.



Zu diesen Symptom-Verstärkern zählen Stress, bestimmte Materialien der Kleidung und manche **Nahrungsmittel**. Denn eine große Rolle bei Neurodermitis spielt die **Verdauung** und besonders wichtig ist ein **gesunder Darm**. Vor allem Allergiker\*innen und lebensmittelintolerante Patientinnen und Patienten können durch die **richtige Ernährung** in vielen Fällen die Symptome lindern.



In der **ORF Sendung "bewusst gesund – Das Magazin"** hat **Mag. Veronika Macek-Strokosch** von **Eat2day Ernährungsconsulting** Lebensmittelgruppen vorgestellt, die in vielen Fällen Linderung bringen, sowie jene Nahrungsmittel erwähnt, die man besser meiden sollte.

Sendedatum: Samstag, 19.9.2020, 17:30 Uhr, ORF 2