

*Serie*  
TEIL 9: VITILIGO

# HAUTWISSEN

Tagtäglich arbeiten Sie mit der Haut Ihrer Kundinnen und Kunden: Sie unterstützen diese bei der Lösung von Hautproblemen und verhelfen ihnen zu ihrer Traumhaut. In dieser Serie wollen wir sie daher noch einmal von Grund auf unter die Lupe nehmen: Hautarzt Dr. med. univ. Stefan Teske erklärt Ihnen in jeder Ausgabe verschiedene Aspekte unseres grössten Organs.



FOTO: ANNA NEKRASHEVICH/PEXELS.COM

**V**itiligo, auch bekannt als Weissfleckenkrankheit ist eine Hauterkrankung, die oft unterschätzt wird: Für Betroffene kann sie eine erhebliche Belastung darstellen. Die Pigmentierung der Haut ist gestört und das führt zu weisslichen, unregelmässig geformten Flecken. Die Ursachen sind noch nicht geklärt, aber man weiss: Das Immunsystem spielt eine entscheidende Rolle. Vitiligo ist zwar chronisch, aber therapierbar.

### IMMUNSYSTEM UND VITILIGO

Bei Vitiligo greift das Immunsystem die Melanozyten an – das sind die Zellen, die für die Produktion des Hautpigments Melanin verantwortlich sind. Es werden die Melanozyten zerstört, wodurch die für die Krankheit charakteristischen hellen Flecken entstehen.

#### SO GEHT ES WEITER !

Teil 10 zum Thema „Rosacea“ folgt in der kommenden Ausgabe.

#### BEREITS ERSCHIENEN

Diese Teile sind bisher erschienen und exklusiv für unsere Online-Abonnenten nachlesbar unter: [www.beauty-forum.ch](http://www.beauty-forum.ch)

Nagelpilz	7+8/2023
Sonnenschutz	6/2023
Hautkrebs	5/2023
Akne	4/2023
Psyche	2+3/2023
Ernährung	1/2023
Kälte	12/2022
Pigmentflecken	11/2022

Stress kann einen negativen Einfluss auf das Immunsystem haben und sich auf die Entstehung sowie den Verlauf von Vitiligo auswirken. Daher ist es ratsam, auf einen ausgeglichenen Lebensstil zu achten und Stressfaktoren möglichst zu reduzieren.

### SONNENSCHUTZ UND UV-BELASTUNG

Eine der Herausforderungen ist die erhöhte Empfindlichkeit der Haut gegenüber Sonnenlicht. Weil die pigmentbildenden Zellen fehlen, sind die betroffenen Hautbereiche anfälliger für Hautschäden wie Hautkrebs. Für Betroffene ist es ratsam, sich mit einer ausreichenden Menge eines hochwertigen Sonnenschutzmittels mit hohem Lichtschutzfaktor einzucremen. Auch das Tragen von Hüten und langärmeligen Shirts kann die Haut vor UV-Strahlen schützen.

### THERAPIE UND PRAXIS

Oft reicht eine topische Therapie aus, bei der Cremes und Salben auf die Haut aufgetragen werden. In meiner Praxis hat sich die Phototherapie als Behandlungsmethode für Vitiligo bewährt. Durch das Bestrahlen mit UV-Licht wird die Produktion von Melanin gezielt angeregt. Die Haut kann so wieder Pigmente bilden.

### ALLTAGS-TIPPS:

- **Stressmanagement:** Meditation, Yoga oder Spaziergänge im Freien können helfen, Stress abzubauen und das Immunsystem zu stärken.
- **Sonnenschutz:** Dieser ist ein Muss, um empfindliche Haut vor schädlichen UV-Strahlen zu schützen

und Sonnenbrand zu vermeiden. Tragen Sie Sonnencremes mit LSF 50 auf, denn dadurch lässt sich die Eigenschutzzeit um den Faktor 50 verlängern.

- **Unterstützung:** Raten Sie Ihren Kundinnen und Kunden mit Vitiligo dazu, sich mit anderen Betroffenen zu vernetzen. Dies kann ein wichtiger Schritt sein, um das Selbstbewusstsein zu stärken und sich mit der Erkrankung besser zu arrangieren.
- **Kontrolle:** Es sollten regelmässige Termine bei ihrer Dermatologin oder ihrem Dermatologen in Anspruch genommen werden.

Ein bewusster Umgang mit dem Immunsystem, ein effektiver Sonnenschutz und eine positive Einstellung können helfen, den Alltag mit Vitiligo zu erleichtern und die Lebensqualität zu verbessern.



*Dr. med. univ. Stefan Teske*

Der Autor ist Dermatologe mit eigener Praxis in Zürich und am Spital Lachen. Zu seiner Expertise gehören das chirurgische Entfernen des Hautkrebses, die anschliessende funktionelle und kosmetische Defektdeckung sowie plastisch-chirurgische Verfahren. [www.hautarzt-teske.ch](http://www.hautarzt-teske.ch)