

BLEACH-BATHS (Javelwasserbäder) für atopisches Ekzem

Einleitung

Die Haut von Kindern mit atopischem Ekzem (Neurodermitis) ist viel stärker als gesunde Haut mit Bakterien (insbesondere Staphylokokken) besiedelt. Diese spielen eine wichtige Rolle im Unterhalt des Ekzems und in der Auslösung neuer Ekzemschübe. Massnahmen zur Reduktion der Bakteriendichte auf der Haut sind daher zentral in der Behandlung des atopischen Ekzems. In den vergangenen Jahren wurde in den USA die desinfizierende Wirkung, gute Verträglichkeit und gute Wirksamkeit von stark verdünnten Javelwasserbädern (Natriumhypochlorit 0.005%) in der Behandlung des atopischen Ekzems entdeckt. Bereits vor Jahrzehnten wurde dieses mit gutem Effekt zur Desinfektion der Haut und Wunden verwendet. Zwischenzeitlich werden Javelwasserbäder weltweit mit grossem Erfolg in der Behandlung des atopischen Ekzems eingesetzt. Die Konzentration der Javelwasserbäder entspricht dabei in etwa derjenigen eines Schwimmbades.

Anleitung

Vgl. auch Video unter <http://www.aad.org/dermatology-a-to-z/diseases-and-treatments/a---d/atopic-dermatitis/eczema-bleach-bath-therapy> (englisch)

1. Verwenden Sie das gewöhnliche Javelwasser von Coop (Natriumhypochlorit 2.5%). Das Javelwasser von Migros (Kaliumhypochlorit) ist ungeeignet.
2. Messen Sie einmalig die Wassermenge, welche Sie üblicherweise zum Baden Ihres Kindes verwenden. Dies kann z.B. mit einem Putzkübel mit Skala erfolgen. Eine gewöhnliche Badewanne umfasst meist ca. 100-150 Liter.
3. Füllen Sie lauwarmes Wasser (35-37°C) in die Badewanne und geben Sie während dem Einlaufen des Wassers die erforderliche Menge Javelwasser gemäss untenstehender Tabelle bei. Stellen Sie sicher, dass Sie nicht in Berührung mit dem unverdünnten Javelwasser kommen und dass Ihr Kind keinen Zugang zur Flasche hat.
4. Baden Sie Ihr Kind 5-10 Minuten. Stellen Sie sicher, dass der Kopf dabei nicht unter Wasser gerät und dass Ihr Kind nicht zu stark spritzt. Falls Badewasser in die Augen gelangen sollte, waschen Sie diese mit Wasser aus.
5. Spülen Sie Ihr Kind nach dem Bad mit normalem Wasser ab und tupfen Sie die Haut danach trocken (nicht Reiben). Verwenden Sie helle Badetücher, um Flecken durch das Javelwasser zu vermeiden.
6. Tragen Sie die entzündungshemmende oder pflegende Hautbehandlung sofort nach dem Bad auf.



Badewannenvolumen	Erforderliche Menge Javelwasser 2.5% (Coop)
80 Liter	160 ml = 1.6 dl
100 Liter	200 ml = 2 dl
120 Liter	240 ml = 2.4 dl
150 Liter	300 ml = 3 dl