Milchschorf

Patienten-Ratgeber

InfectoPharm
Wissen wirkt.
pädia

Die Familienunternehmen InfectoPharm und Pädia gehören zu den führenden Herstellern von Medikamenten und Gesundheitsprodukten, insbesondere für Kinder. Für Groß und Klein entwickeln wir qualitativ hochwertige und innovative Präparate, um Ihnen die Therapie zu erleichtern und damit den Therapieerfolg zu verbessern.

Ärzte, Hebammen und Apotheker vertrauen auf die Qualität und Wirksamkeit unserer Präparate und schätzen unsere langjährige Erfahrung. Darum wird auch das umfangreiche Angebot unserer leicht verständlichen Service- und Informationsmaterialien für Patienten gerne genutzt.

Wir freuen uns sehr, wenn wir auch Sie und Ihre Familie mit diesem Ratgeber in der gegenwärtigen Situation unterstützen können und wünschen gute Besserung!

Ihre

Familie Zöller

Familie Zöller

Liebe Eltern,

Sie haben diese Broschüre zur Information erhalten, weil bei Ihrem Kind vermutlich schuppige Beläge auf der Kopfhaut zu sehen sind.

Kopfschuppen oder sogar Krusten entstehen in den ersten drei Lebensmonaten bei mehr als jedem zweiten Säugling. Es kann sich hierbei um Milchschorf, viel häufiger aber um den harmlosen Kopfgneis handeln. Die Schuppen sind in der Regel unbedenklich, verbleiben manchmal aber Wochen bis Monate auf dem Kopf.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen einige Tipps geben, wie Sie Ihrem Kind bei Milchschorf oder Kopfgneis helfen und wie Sie die lästigen Schuppen auf der Kopfhaut Ihres Kindes wieder loswerden können.

Ihr Team von

InfectoPharm
Wissen wirkt.

pädia

Was ist Milchschorf?

Viele Säuglinge sind in den ersten Lebensmonaten von schuppiger Haut betroffen. Hinter der schuppigen Kopfhaut ihrer Babys vermuten Eltern häufig Milchschorf – tatsächlich handelt es sich zumeist um harmlosen Kopfgneis.

Der „echte" Milchschorf kommt dagegen seltener vor. Bei ihm handelt es sich um einen entzündlichen Prozess der Kopfhaut, der erst ab dem 3. Lebensmonat auftritt. Charakteristisch sind harte, gelbliche Schuppen und Krusten, die stark jucken. Anders als der Name vermuten lässt, hat Milchschorf nichts mit einer Kuhmilchallergie oder -unverträglichkeit zu tun. Tatsächlich erinnert er an angebrannte Milch. Milchschorf gilt als frühe Form der Neurodermitis (atopische Dermatitis), die sich aber nicht zwangsläufig daraus entwickeln muss. Die lästigen Symptome klingen in der Regel innerhalb der ersten Lebensjahre ab.

Woran erkenne ich Milchschorf?

Milchschorf zeigt sich durch **harte gelbliche Schuppen und Krusten** auf geröteter Kopfhaut, die sich hauptsächlich in der Mitte des Vorderkopfs befinden. Neben der Kopfhaut können Stirn und Wangen, selten Arme und Beine, betroffen sein. Es beginnt mit trockener, juckender Haut. Durch Kratzen entzünden sich die schuppenden Stellen, sodass sich gelbe, häufig nässende Krusten bilden. Babys schlafen wegen des ausgeprägten Juckreizes schlecht. Sie weinen und schreien viel, quengeln und sind unruhig.

Milchschorf tritt typischerweise ab dem 3. Lebensmonat auf. Schuppt die Kopfhaut innerhalb der ersten Lebenswochen stark, handelt es sich vermutlich nicht um Milchschorf, sondern um Kopfgneis.

Oft klingt der Milchschorf nach mehreren Monaten ab. Er kann aber auch über Jahre bestehen bleiben. Kinder, die im Säuglingsalter unter Milchschorf leiden, haben ein erhöhtes Risiko, eine Neurodermitis zu entwickeln, und sind anfälliger für Heuschnupfen.

Warum kommt es zu Milchschorf?

Bisher ist nicht bekannt, warum Milchschorf entsteht. Äußere Faktoren spielen eine Rolle, eine Vererbung wird ebenfalls vermutet. Die Entstehung von Milchschorf ist wahrscheinlich, wenn Ihr Kind folgende Faktoren vereint:

> Trockene Haut

> Neigung zu Allergien (z.B. Hühnerei, Kuhmilch)

> (Über-)Empfindlichkeit der Haut auf äußere Reize (Kälte, Stoffe)

Achtung: Verwechslungsgefahr!

Sind Kopfgneis und Milchschorf nicht das Gleiche?

Kopfgneis und Milchschorf haben ein sehr ähnliches Erscheinungsbild. Häufig verbirgt sich hinter einem vermuteten Milchschorf ein Kopfgneis. Im Unterschied zum Milchschorf ist Juckreiz jedoch kein typisches Merkmal des Kopfgneises. Während die Ursache von Milchschorf bisher nicht geklärt ist, entwickelt sich Kopfgneis aus einer erhöhten Talgproduktion *(Seborrhoe)*. In der Regel tritt Kopfgneis, anders als Milchschorf, in den ersten Lebenswochen auf.

Was kennzeichnet Kopfgneis?

Kopfgneis äußert sich in ähnlichen Symptomen wie Milchschorf:

> Starke Schuppenbildung auf der Kopfhaut

> Fettige, weiche, gelbbraune Schuppen

> Leichte Krusten

Die Schuppenschicht auf der Kopfhaut, die sich bis in die Stirn ziehen kann, juckt und nässt nicht. Viele Babys entwickeln den Gneis innerhalb des ersten Lebensmonats. Nach wenigen Wochen oder Monaten verschwinden die Schuppen, spätestens bis zum Grundschulalter ist nichts mehr zu sehen.

Kopfgneis ist ein Zeichen einer seborrhoischen Dermatitis, einer Hauterkrankung, die mit einer Überproduktion der Talgdrüsen einhergeht. Die Talgproduktion ist abhängig vom Alter und dem Hormonhaushalt. Es wird vermutet, dass mütterliche Hormone aus der Schwangerschaft die Talgdrüsen des Babys in den ersten Wochen nach der Geburt stimulieren. Lässt die Wirkung der Hormone nach, verschwindet der Kopfgneis. Mit der Pubertät steigt die Aktivität der Talgdrüsen wieder an.

Im Gegensatz zu Milchschorf ist Kopfgneis nicht mit einem erhöhten Risiko für Neurodermitis oder allergischen Erkrankungen verbunden. Auch wenn der unschöne Ausschlag die Eltern oft belastet, ist er harmlos und stört oder belastet das Baby nicht.

Die Unterschiede auf einen Blick

	Kopfgneis	Milchschorf
Beginn	Im 1. Lebensmonat	Ab dem 3. Lebensmonat
Aussehen	Fettige, weiche Schuppen	Harte Schuppen und Krusten, oft nässend, gerötete Kopfhaut
Juckreiz	Kaum vorhanden	Stark vorhanden
Therapie	Nicht zwingend erforderlich	Juckreiz behandeln und Schuppen entfernen

Kommen auch andere Erkrankungen infrage?

Ähnlich schuppende, teilweise juckende Ausschläge können auch von anderen Erkrankungen hervorgerufen werden, z.B. von der kindlichen Schuppenflechte *(Psoriasis)* oder durch Pilzbefall *(Tinea)*. Da sich Milchschorf nicht ausschließlich auf der Kopfhaut bildet, sondern ebenfalls im Gesicht oder Windelbereich vorkommen kann, können Babyakne oder eine Windeldermatitis ebenfalls als Diagnose in Betracht kommen.

Wenn Sie unsicher sind oder Ihnen an Ihrem Kind andere Hautveränderungen auffallen, wie zum Beispiel

> Bildung von Bläschen
> Ausschlag an anderen Stellen als an Kopf und Nacken
> zusätzlich Fieber,
> über mehrere Wochen unverändert bestehender Ausschlag,

fragen Sie bitte einen Kinderarzt um Rat.

Behandlungsmöglichkeiten

Muss ich Milchschorf bzw. Kopfgneis behandeln?

Da Kopfgneis Ihrem Kind nicht wehtut und nach einigen Wochen verschwindet, müssen Sie ihn nicht zwingend behandeln. Wenn Sie sich allerdings am Gneis stören oder die Schuppenschicht unangenehm riecht, ist eine Behandlung sinnvoll und nicht schädlich.

Beim Verdacht auf Milchschorf ist es ratsam, die Schuppen zu entfernen. Der unangenehme Juckreiz verführt Ihr Kind zum Aufkratzen der betroffenen Stellen – Keime und Erreger können in die Haut eindringen. Entfernen Sie die Schuppen, können Sie Infektionen vorbeugen und erleichtern dem Arzt die Beurteilung der Haut unter der Schuppenschicht.

Kratzen Sie niemals die Schuppen mit dem Fingernagel oder anderen Gegenständen ab, so riskieren Sie Verletzungen auf der empfindlichen Kopfhaut Ihres Kindes. Selbst kleine Wunden können sich schnell entzünden und hinterlassen unschöne Narben. Gehen Sie bitte immer vorsichtig vor, wenn Sie den Gneis bzw. Milchschorf entfernen.

Wie kann ich die Schuppen entfernen?

In Elternratgebern finden Sie eine Vielzahl von Empfehlungen, von denen die meisten auf dem Prinzip beruhen, die talgigen und damit fettlöslichen Schuppen mit Öl oder fettigen Salben zu entfernen.

Zur Entfernung der Schuppen eignen sich folgende Produkte:

> Ölhaltiges Gel zur Schuppenentfernung

> Medizinprodukte mit Silikonöl/Dimeticon

Weniger geeignet:

> Öle und fettige Salben (z.B. Vaseline, Kakaobutter)

Bei sehr starkem Juckreiz können zusätzlich fett-feuchte Wickel helfen.

Öle und fettige Salben (z.B. Vaseline, Kakaobutter) müssen nach dem Auftragen lange, am besten über Nacht einwirken. Die Schuppen können Sie am nächsten Tag vorsichtig mit einem feinen Kamm auskämmen. Spülen Sie Öle und Salben sorgfältig, ggf. mit einem milden Babyshampoo ab, da sie sonst Poren verstopfen, was weitere Hautprobleme zur Folge hat.

Die einmalige Anwendung ist oft nicht ausreichend, um die Schuppen zu entfernen, und für Ihr Baby ist die umständliche und aufwendige Behandlung sehr belastend. Die Anwendung muss in der Regel mehrmals wiederholt werden, bis das Ergebnis zufriedenstellend ist.

Ähnliches gilt für Medizinprodukte mit Silikonöl/Dimeticon. Die Einwirkzeit beträgt mindestens drei Stunden, gegebenenfalls über Nacht. Um das gewünschte Ergebnis zu erzielen, wird die Anwendung 1-mal täglich an bis zu sieben Tagen wiederholt.

In der Fachwelt ist die Anwendung von haushaltsüblichen Ölen auf Babyhaut umstritten, da sie vermutlich die Entwicklung der

Hautbarriere verschlechtern.

Bei dem in der Apotheke erhältlichen ölhaltigen Gel zur Schuppenentfernung handelt es sich um eine Weiterentwicklung des Prinzips, die Schuppen mit haushaltsüblichen Ölen aufzuweichen. Die ölige Gelformulierung (Oleogel) haftet an den betroffenen Stellen und verläuft nicht. Nach circa 30-minütiger Einwirkzeit sind die Schuppen im Oleogel gelöst. Durch die Zugabe weniger Tropfen Wasser bildet sich eine milchige Emulsion, die sich leicht und sanft ohne Shampoo vom zarten Babykopf abwaschen lässt:

1. Mit trockenen Fingern das Gel auf die trockene, betroffene Haut auftragen.

2. Circa 30 Minuten einwirken lassen.

3. Tropfenweise Wasser auftragen und kreisförmig verteilen. Es entsteht eine Emulsion.

4. Die Emulsion mit reichlich lauwarmem Wasser abspülen.

Erfolgreiche Behandlung des Kopfgneises mit dem ölhaltigen Gel zur Schuppenentfernung

Zur Entfernung der Schuppen werden auch ureahaltige Shampoos empfohlen. Urea wird von den meisten Kindern als „brennend“ auf der Haut empfunden und ist daher nicht geeignet.

Keinesfalls sollten Sie salicylsäurehaltige Produkte bei Ihrem Kind anwenden. Vor allem in den ersten Lebensmonaten wird Salicylsäure über die dünne Haut in den Körper aufgenommen und kann in diesem Alter schwere unerwünschte Wirkungen auslösen.

In schweren Fällen von entzündeter Kopfhaut wird der Kinderarzt Ihrem Kind eine Kortisoncreme verschreiben, damit die Entzündung schnell abheilt und Ihr Kind keinen Juckreiz mehr verspürt. Hat Ihr Kind sich versehentlich den Schorf aufgekratzt und sich die Stelle entzündet, kann der Kinderarzt auch eine entzündungshemmende Salbe oder einen Saft verschreiben.

Was kann ich noch tun?

Es ist besonders wichtig, dass Sie das Abkratzen der Schuppen verhindern. Die Haut am Kopf Ihres Babys ist besonders empfindlich und entzündet sich schnell.

> Schneiden Sie Ihrem Kind die Fingernägel möglichst kurz, um dem Kratzen entgegenzuwirken

> Kühle, fett-feuchte Umschläge können bei quälendem Juckreiz helfen

> Nachts können Sie Ihrem Kind dünne Handschuhe überziehen, damit es sich nicht so leicht kratzen kann – bitte keine Mütze, die Wärme verstärkt den Juckreiz!

Ist die Haut Ihres Kindes sehr trocken, sollten Sie ihr besondere Aufmerksamkeit schenken. Eine leichte Creme nach dem Baden hält die Feuchtigkeit in der Haut. Lassen Sie sich dazu am besten in Ihrer Apotheke oder von Ihrem Kinderarzt beraten. Vermeiden Sie, dass Ihr Kind übermäßig schwitzt, indem Sie es dem Wetter angemessen anziehen. Lüften Sie regelmäßig, um für eine angenehme Raumtemperatur und Luftfeuchtigkeit zu sorgen.

Bitte besprechen Sie weitere Möglichkeiten mit einem Kinderarzt, wenn sich die Symptome Ihres Kindes nicht innerhalb einiger Wochen verbessern.

pädia

Die Anwendung von **BabyBene®** Gel Einfach & zuverlässig.

Eine Hebamme zeigt die Anwendung unter **www.babybene.de**

YouTube Video „Milchschorf und Kopfgneis sanft entfernen mit BabyBene Gel“

Mein Merkzettel für die Apotheke

Weitere Ratgeber

Für die unterschiedlichsten Themenbereiche bieten wir Ihnen weitere Ratgeber an. Fragen Sie Ihre Hebamme, Ihren Arzt oder Apotheker.

Zusätzlich haben wir im Angebot auch einige fremdsprachige Ratgeber: Kopfläuse (englisch, türkisch, russisch, französisch, arabisch, persisch); Krupp (türkisch); Madenwürmer (englisch, türkisch, französisch, persisch, arabisch); Säuglingskoliken (türkisch)

Weitere Ratgeber finden Sie unter www.paedia.de/wissenswertes

Mein Merkzettel für die Apotheke

Wir hoffen, dass wir Ihnen mit dieser Broschüre hilfreiche Tipps geben konnten, wie Sie die Kopfschuppen Ihres Kindes z. B. bei Milchschorf einschätzen und schonend entfernen können.

Falls Sie weitere Fragen haben, wenden Sie sich vertrauensvoll an Ihren Arzt oder Apotheker.

Diese Broschüre wurde überreicht durch:

Praxis-/Apothekenstempel

P6501253-06-0621

Hinweis: Der Inhalt dieser Broschüre dient ausschließlich der Information und kann keinesfalls die ärztliche Beratung ersetzen. Bei speziellen Fragen suchen Sie bitte den Arzt auf.

InfectoPharm Arzneimittel und Consilium GmbH · Pädia GmbH
Von-Humboldt-Str. 1 · 64646 Heppenheim · www.infectopharm.com · www.pädia.de

InfectoPharm *Wissen wirkt.*

pädia