# 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 (Bleichmittel auf Chlorbasis < 5%, enthält Natriumhypochlorit 2.5%, 2 Liter Flasche).
2. 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.
3. Baden Sie Ihr Kind 5-10 Minuten. Stellen Sie sicher, dass der Kopf dabei nicht unter Wasser gerät. Falls Badewasser in die Augen gelangen sollte, waschen Sie dieses mit normalem Wasser aus. **Verwenden Sie keine anderen Reinigungsmittel!**
4. 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.
5. Tragen Sie die entzündungshemmende oder pflegende Hautbehandlung sofort nach dem Bad auf.

|  |  |
| --- | --- |
| **Wassermenge** | **Erforderliche Menge Javelwasser 2.5% (Coop)** |
| Volle Badewanne | 200ml = 2dl |
| Halbe Badewanne | 100 ml = 1 dl |
| Babybad | 30ml = 2 Esslöffel |
| Sprühflasche (1 Liter) | 5ml = 1 Teelöffel |