

Dein Nesselsucht Ratgeber

HAUT
WENDE®



Urtikaria (Nesselsucht) ist eine ernstzunehmende chronische Erkrankung.

Das Gute ist: Sie ist behandelbar!

Hier findest Du die wichtigsten Infos für Patient*innen und Angehörige.

www.hautwende.de/urtikaria

Symptome und Ursachen

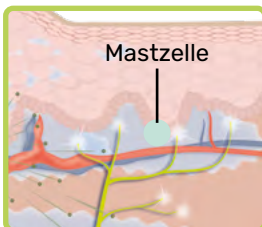
Die Nesselsucht – medizinisch: Urtikaria –

ist eine systemische Erkrankung und basiert u. a. auf Autoimmunprozessen. Sie äußert sich durch plötzlich auftretende juckende Quaddeln auf der Haut, die von stecknadelkopfgroß bis zur Größe einer Handfläche anwachsen können. Manchmal kommt es auch zu Schwellungen der tieferen Hautschichten, die man als Angio-ödeme bezeichnet. Verantwortlich für das Jucken und die Quaddelbildung ist eine Reaktion des Immunsystems, bei der Mastzellen aktiviert werden und übermäßig Botenstoffe (Histamin) ausschütten.

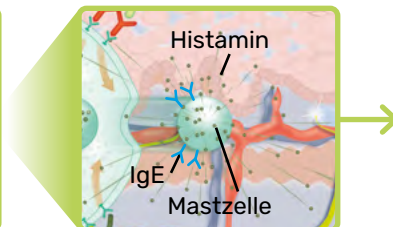
Haupteffekt: IgE löst die Ausschüttung des Botenstoffs Histamin aus der Mastzelle aus

Histamin wiederum, in großen Mengen freigesetzt, verursacht die Beschwerden der Urtikaria. Es erhöht die Durchlässigkeit der Blutgefäße der Haut und führt so zu Wassereinlagerungen in der Lederhaut – den Quaddeln.

Hautquerschnitt



Aktivierte Zellen, im speziellen Mastzellen, sind wesentlich an der Entstehung der Urtikaria beteiligt.



IgE aktiviert die Mastzelle, dies führt zu einer Freisetzung von großen Mengen an Histamin ins Gewebe.



Histamin führt im Gewebe:

- Zur Erweiterung der Blutgefäße
- Zur Schwellung und Rötung
- Zu Jucken

Die verschiedenen Formen

Die Urtikaria wird grundsätzlich in zwei verschiedene Formen eingeteilt:

Die akute Urtikaria

Wenn die typischen Krankheitszeichen nach einigen Tagen verschwinden und nicht mehr wiederkehren, spricht man von „akuter“ Urtikaria. In vielen Fällen gehen die Beschwerden mit einer Infektion, seltener mit einer Allergie einher. Diese häufige Verlaufsform hält **maximal sechs Wochen** an.

Die chronische Urtikaria

Hier werden wiederum zwei Formen unterschieden, deren Symptome **länger als sechs Wochen** andauern:



1. Chronische induzierbare Urtikaria

Induzierbar bedeutet, dass die Urtikaria durch bestimmte bekannte Faktoren ausgelöst wird. Das können z. B. Wärme oder Kälte, Wasser, Licht oder bestimmte Medikamente sein. Um die Beschwerden in den Griff zu bekommen, gilt es, die Auslöser möglichst zu vermeiden.

2. Chronische spontane Urtikaria

Hier kommt es zu spontanen Nesselsuchtschüben und Schwellungen „wie aus heiterem Himmel“, d. h. ohne dass ein konkreter Auslöser erkennbar ist. Außerdem ist die Erkrankung chronisch d.h. dass sie lange andauert und es immer wieder zu Schüben kommt. Die chronische spontane Urtikaria wird heute großteils als Autoimmunerkrankung verstanden, bei der körpereigene Stoffe vom Immunsystem als „fremd“ erkannt und bekämpft werden.



In der Regel bilden sich die Quaddeln innerhalb 24 Stunden zurück, Angioödeme dagegen können bis zu drei Tage bestehen bleiben.²



Diagnose



Häufig genügt schon ein Blick auf die Haut und ein gründliches Gespräch mit Deinem*Deiner Ärzt*in über die Erkrankung (Anamnesegegespräch), um die Diagnose **Urtikaria** zu stellen. Hattest Du schon mal Schwellungen der Haut (Angioödeme), dann sprich das bitte auch an.

Bei einer akuten Urtikaria sind weitere Untersuchungen meist nicht notwendig. Dauern die Symptome jedoch länger an, ist ein chronischer Verlauf der Urtikaria wahrscheinlich. Hier sind zusätzliche Laboruntersuchungen (Differenzialblutbild und C-reaktives Protein) zur Abgrenzung von anderen Erkrankungen nötig. Die Dauer, Intensität und Häufigkeit der Urtikariaschübe spielen ebenso eine Rolle wie der Zusammenhang mit äußeren Auslösern.

Besteht der Verdacht auf eine induzierbare Form der Urtikaria, führt Dein*e Ärzt*in sogenannte Provokationstests durch. Bei diesen werden bestimmte Bereiche der Haut mit dem möglichen Auslöser (z. B. Kälte) gereizt.

So kannst Du Deine*n Ärzt*in bei Verdacht auf eine chronische Urtikaria unterstützen

Das Führen eines Urtikaria-Tagebuchs bietet Dir die Möglichkeit, Deinem*Deiner Ärzt*in über einen längeren Zeitraum darzustellen, wie stark Deine Beschwerden waren und welche Auslöser möglicherweise dafür infrage kamen. Diese Form der Dokumentation unterstützt Deine*n Ärzt*in daher in hohem Maße dabei, mögliche Auslöser zu identifizieren. Darüber hinaus kann er*sie den Erfolg der aktuellen Therapie überprüfen. Das Urtikaria-Tagebuch kannst Du im Internet unter www.hautwende.de/urtikaria bestellen. Fotos von Quaddeln und Angioödemen können für Ärzt*innen weitere hilfreiche Informationen sein.



www.hautwende.de/urtikaria

Therapie

So kannst Du Ärzt*innen bei der Therapiefindung unterstützen

Bei einer chronischen Urtikaria ist es für Deine*n Ärzt*in wichtig zu wissen, ob die angewendete Therapie anschlägt und eine Linderung der Symptome erreicht wird. Das Ziel der Therapie ist es, vollständige und dauerhafte Beschwerdefreiheit zu erreichen. Du kannst Deine*n Ärzt*in daher in ihrer*seiner Therapiefindung gut unterstützen, indem Du den Urtikariakontrolltest (kurz UCT) ausfüllst, ihn an der gestrichelten Linie abtrennst und ihn zu Deinem nächsten Termin mitnimmst. Bitte lies Dir jede Frage sorgfältig durch und wähle aus den fünf Antworten diejenige aus, die für Dich am besten zutrifft. Beziehe Dich dabei auf die vergangenen vier Wochen. Überlege nicht lange und denke daran, alle Fragen zu beantworten und für jede Frage nur eine Antwort auszuwählen.¹

Verschiedene Therapien für unterschiedliche Fälle

Ist der Auslöser für die Urtikaria bekannt, kann die Therapie ganz einfach sein: Versuche die Auslöser möglichst zu vermeiden. Oft ist es nicht möglich, über diesen Weg die Symptome Deiner Urtikaria einzudämmen. Entweder, weil man den Auslöser nicht meiden kann oder bei der chronischen spontanen Form. Dann wird Dein*e Ärzt*in zunächst Antihistaminika verschreiben. Diese blockieren die Wirkung der Histamine, sodass Jucken, Nesseln und Schwellungen zurückgehen sollten. Diese Therapie ist symptomatisch – das bedeutet, dass sie nicht die Ursachen der Erkrankung bekämpft, sondern nur die Beschwerden lindert. Gut die Hälfte der Patient*innen mit einer chronischen spontanen Urtikaria spricht nicht oder nur unzureichend auf die Therapie mit Antihistaminika an.² Für diese Patient*innen stehen jedoch weitere Behandlungsoptionen zur Verfügung, die Du mit Deinem*Deiner Ärzt*in besprechen kannst.

Medizinischer InfoService

Telefon: 0911 – 273 12 100 (Mo. – Fr. von 08:00 – 18:00 Uhr)
Fax: 0911 – 273 12 160
E-Mail: infoservice.novartis@novartis.com
Internet: www.infoservice.novartis.de
Live Chat: www.chat.novartis.de (Mo. – Fr. von 08:00 – 18:00 Uhr)
Service-Bot: www.chatbot.novartis.de

Dieses Dokument darf nicht ohne Genehmigung der MOXIE GmbH kopiert oder verwendet werden. Für wissenschaftliche oder kommerzielle Nutzung oder falls eine Übersetzung/interkulturelle Adaption beabsichtigt ist, prüfe bitte die Nutzungsbedingungen auf www.moxie-gmbh.de.

Referenz

1 Modifiziert nach Weller K et al. Development and Validation of the Urticaria Control Test: a patient-reported outcome instrument for assessing urticaria control. J Allergy Clin Immunol 133: 1365–72. ©Moxie GmbH und ©Novartis Pharma GmbH

2 Zuberbier et al. Deutsche S3-Leitlinie zur Klassifikation, Diagnostik und Therapie der Urtikaria, adaptiert von der internationalen S3-Leitlinie, 2022. AWMF-Leitlinienregister (013–028).

Urtikariakontrolltest (UCT)

Wie sehr hast Du in den vergangenen 4 Wochen unter den **körperlichen Beschwerden der Urtikaria (Juckreiz, Quaddelbildung und/oder Schwellungen)** gelitten?

0 gar nicht ☐

1 kaum ☐

2 mittel-
mäßig ☐

3 gut ☐

4 voll-
ständig ☐

Wie sehr war Deine **Lebensqualität** in den vergangenen 4 Wochen wegen der Urtikaria **beeinträchtigt**?

0 gar nicht ☐

1 kaum ☐

2 mittel-
mäßig ☐

3 gut ☐

4 voll-
ständig ☐

Wie oft hat die **Therapie** für Deine Urtikaria in den vergangenen 4 Wochen **nicht ausgereicht**, um die Urtikariabeschwerden zu kontrollieren?

0 gar nicht ☐

1 kaum ☐

2 mittel-
mäßig ☐

3 gut ☐

4 voll-
ständig ☐

Wie gut hattest Du Deine **Urtikaria** in den vergangenen 4 Wochen insgesamt **unter Kontrolle**?

0 gar nicht ☐

1 kaum ☐

2 mittel-
mäßig ☐

3 gut ☐

4 voll-
ständig ☐

Bitte addiere die angekreuzten Zahlen zum Gesamtscore:

Ist der Gesamtscore kleiner als 12?

Wenn Dein Gesamtscore weniger als 12 beträgt, liegt der Verdacht nahe, dass die Beschwerden der Erkrankung nicht ausreichend gut kontrolliert sind. Du solltest zeitnah ein Gespräch mit Deinem*Deiner Ärzt*in in Erwägung ziehen um zu besprechen, welche (weiteren) Möglichkeiten es gibt, um Deine Beschwerden zu mildern. Finde Deine*n Ärzt*in unter: www.hautwende.de/arztsuche/urtikaria

Der ausgefüllte Test ist zum ausschließlichen Verbleib bei Deinem*Deiner Ärzt*in bestimmt! Keine Rückgabe an die Novartis Pharma GmbH.