

# Urtikaria

## Nesselsucht

Die Urtikaria oder umgangssprachlich Nesselsucht gehört zu den 20 häufigsten Erkrankungen der Haut. Charakteristisch für diese Erkrankung sind stark juckende, einzeln oder großflächig in landkartenähnlichen Gebilden angeordnete Quaddeln, die von einem roten Hof umgeben sind. Etwa jeder Vierte kennt diesen Ausschlag, der häufig ebenso spontan abheilt, wie er aufgetreten ist, aus eigener Erfahrung.

### Ursache

Das Entstehen von Quaddeln und Juckreiz lässt sich auf eine Reaktion bestimmter Immunzellen, der sogenannten Mastzellen, zurückführen. Die Mastzellen der Haut schütten, nachdem sie aktiviert wurden, verschiedene Botenstoffe (Mediatoren) aus. Für das weitere Krankheitsgeschehen ist vor allem der Entzündungsstoff Histamin von Bedeutung. Denn Histamin führt im umliegenden Gewebe zu einer Weitstellung und erhöhten Durchlässigkeit der Gefäße, Hautrötungen, Schwellungen und Juckreiz.

Die schubweise und unkontrollierte Freisetzung der Botenstoffe kann durch ganz unterschiedliche Reize ausgelöst werden. Es können echte Allergien, Unverträglichkeitsreaktionen auf Nahrungsmittel oder Arzneimittel dahinterstecken, aber auch physikalische Faktoren wie Wärme, Kälte oder Druck, Autoimmunerkrankungen, hormonelle Störungen, Bakterien, Viren, Parasiten sowie psychische Belastungen und Stress sind mögliche Ursachen. Nicht selten lässt sich überhaupt keine wirkliche Ursache finden. Der Mediziner bezeichnet dieses Krankheitsentstehen dann als idiopathisch.

### Diagnostik

Eine erfolgreiche Therapie der Urtikaria ist nur dann möglich, wenn man die auslösenden Ursachen kennt, so dass man diese meiden kann. Im Vordergrund der Diagnostik stehen eine ausführliche Krankheitserhebung und eine gründliche körperliche Untersuchung des Patienten. Sollten sich die Symptome in der Phase der Basisdiagnostik und symptomatischen Therapie – hierzu zählen Therapieversuche



#### Diagnostik

- Basisdiagnostik: Erhebung der Krankheitsgeschichte (Anamnese), körperliche Untersuchungen, Blutuntersuchungen, Krankheitstagebuch
- Bestätigung der Verdachtsdiagnose: Provokationstestungen, physikalische Testungen (Druck, Kälte etc.), körperliche Übungen zur Abklärung einer anstrengungsbedingten Urtikaria, orale oder inhalative Provokation, Hauttestungen, je nach Verdacht weitere Laboruntersuchungen
- Indirekte Diagnose: Vermeidung des potenziellen Auslösers

mit Antihistaminika, die die Wirkung des Histamins verhindern – nicht zurückbilden, ist eine intensivere Diagnostik mit Provokationstestungen, Laboruntersuchungen und allergologischen Testungen angezeigt.

## Therapie

Hat man den oder die Auslöser der Urtikaria enttarnt, so ist die folgerichtige Behandlung, diese zu meiden. Doch die Vermeidungsstrategie lässt sich nicht immer in die Tat umsetzen. So zum Beispiel, wenn es sich um Nahrungsmittelzusatzstoffe wie Aroma- oder Konservierungsstoffe oder auch um eine anstrengungsinduzierte Urtikaria handelt. In diesen Fällen muss eine symptomatische Therapie erfolgen, mit der es in erster Linie gelingt, den quälenden Juckreiz zu mildern.

Sofern es sich nicht um eine Kälteurtikaria handelt, ist Kühlen eine effektive Methode gegen den Juckreiz. Sollte dies nicht ausreichen, kommen Antihistaminika zum Einsatz. Diese können lokal in Form von Gels auf die betroffenen Hautstellen aufgetragen werden, wirksamer ist jedoch eine Therapie mit Antihistamin-Tabletten. Sind wiederkehrende heftige Attacken zu befürchten, kann eine Dauermedikation mit einem Antihistaminikum angezeigt sein.

Bei manchen Formen der Urtikaria kann auch eine Gewöhnungstherapie erfolgreich sein, so zum Beispiel bei der Kälteurtikaria. Setzt sich der Patient wiederholt kalten Temperaturen (Bädern) aus, kann der Körper darauf trainiert werden. Ähnliches kann bei einer anstrengungsinduzierten Urtikaria gelingen. Durch kontrollierte körperliche Anstrengung mehrmals täglich lässt sich in vielen Fällen das Auftreten ausgeprägter Quaddelschübe verhindern. Diese „Gewöhnungstherapien“ sollten jedoch niemals in Selbstversuchen ohne ärztliche Aufsicht durchgeführt werden.

Eine Spontanheilung ist niemals ausgeschlossen.

### **Klassifizierung:**

Um angesichts der Vielzahl an Formen und Ausprägungen der Nesselsucht einen besseren Überblick zu bekommen, teilt man die Urtikaria in verschiedene Klassen ein:

	Gruppe	Form der Erkrankung	Ursachen	Krankheitsbild
Spontanes Auftreten	Spontane Urtikaria	Akute spontane Urtikaria	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Infekte</li> <li>• Nahrungsmittelunverträglichkeiten</li> <li>• Medikamentenunverträglichkeiten</li> <li>• Nahrungsmittelallergien</li> <li>• Autoreaktive Urtikaria</li> <li>• Urtikaria anderer Ursache (Auslöser und Ursache bleiben unklar)</li> </ul>	Einmalig für mehrere Tage stark juckender Hautausschlag, Quaddeln ohne feste Lokalisation
		Chronisch-spontane Urtikaria		Über einen Zeitraum von mehr als 6 Wochen Hautausschlag und Quaddeln ohne feste Lokalisation
Induziertes Auftreten	Physikalische Urtikaria	Urticaria factitia	Reiben, Kratzen, Scheuern auf der Haut	Hautrötung, Quaddelbildung, Juckreiz dort, wo der äußere Reiz wirkt
		Druckurtikaria	Druck auf der Haut	
		Kälteurtikaria	Kältereize	
		Licht	UV-Licht	
	Andere Urtikaria-Formen	Cholinergische Urtikaria	Erhöhte Körpertemperatur (heißes Bad, körperl. Anstrengung, scharfe Gewürze)	Hautrötung, Quaddelbildung, Juckreiz ohne feste Lokalisation
		Anstrengungsinduzierte Urtikaria	Körperliche Anstrengung, Stress, psychische Belastung	
		Aquagene Urtikaria	Nach dem Kontakt mit warmem oder kaltem Wasser	Hautrötung, Quaddelbildung, Juckreiz dort, wo der äußere Reiz wirkt
		Kontakturtikaria	Kontakt zu bestimmten Substanzen, z. B. Nickel, Kosmetika	