

VITILIGO, AUCH WEISSFLECKEN- KRANKHEIT *genannt*



Bildquelle: Nicole Schwob Sennhauser

Nicole Schwob Sennhauser:

Seit 2011 lebe ich mit Vitiligo, die sich bei mir an den Händen, im Gesicht und an anderen Körperstellen zeigt. Immer in Bewegung und mit meiner positiven Einstellung gehe ich mittlerweile locker damit um. Nicht Vitiligo bestimmt mein Leben, sondern meine Visionen und mein Denken.

In der Funktion als Regionalleiterin Vitiligo Nordwestschweiz der Schweizerischen Psoriasis und Vitiligo Gesellschaft (SPVG) darf ich Betroffene und deren Angehörige unter anderem in einer Selbsthilfegruppe begleiten und motivieren, mit Vitiligo in Kontakt zu gehen und zu lernen, damit umzugehen.



SCHWEIZERISCHE PSORIASIS UND VITILIGO GESELLSCHAFT

SOCIÉTÉ SUISSE DU PSORIASIS ET DU VITILIGO

SOCIETÀ SVIZZERA DI PSORIASI E DI VITILIGINE

VITILIGO – WEISSE FLECKEN AUF DER HAUT INTERVIEW MIT NICOLE SCHWOB SENNHAUSER

Was ist Vitiligo?

Vitiligo, auch Weissfleckenkrankheit genannt, ist eine chronische Erkrankung der Haut und zählt zu den Autoimmunerkrankungen. Durch immunbedingte Zerstörung der Melanozyten (Hautzellen), welche die Pigmente in der Haut produzieren, zeigt sich Vitiligo als Pigmentstörung auf der Haut und auch im Haar. Weisse, klein- oder grossflächige, wie auch scharf begrenzte Flecken können auftreten.

Wie selten ist Vitiligo?

Eine genaue Prozentanzahl Betroffener kann ich Ihnen nicht nennen. Ich nehme an, dass die Anzahl Betroffener viel höher ist als bekannt. Einige Menschen leben mit Vitiligo und wissen

vielleicht nicht, dass es Vitiligo ist. Andere Betroffene denken vielleicht, es sei eine Alterserscheinung, da Vitiligo auch im Alter spontan auftreten kann. Familiär bedingt tritt Vitiligo manchmal auch in einer Art „Veranlagung“ auf.

Welche Symptome zeigen sich bei Vitiligo?

Tritt Vitiligo auf, zeigt sich zu Beginn vielleicht nur ein kleiner Fleck auf einer Stelle der Haut. Im besten Fall bleibt es bei diesem einen Fleck. Die Veranlagung dazu kann allerdings auch hervorrufen, dass sich aus einem kleinen Fleck eine grossflächige Repigmentierung zeigt. Bis hin zu weiteren Flecken oder gänzlichem Verlust der Pigmentierung des Körpers. Gelegentlich hat man mir schon mitgeteilt, es hätte zuvor an der betroffenen Hautstelle etwas gejuckt. Ich selbst kann das nicht bestätigen. Bei mir trat an der rechten Hand ein kleiner Fleck am Daumen auf. Nach ein paar Wochen waren meine

beiden Hände praktisch weiss und auch an anderen Körperstellen waren weisse Flecken zu erkennen. Ich hatte weder Fieber noch sonstige andere Symptome.

Welche Faktoren können eine Vitiligo-Erkrankung auslösen?

Vitiligo kann sich bereits im Kindesalter zeigen. Ein spontaner Verlust der Pigmentierung auf Grund eines Vitiligo-„Ausbruchs“ ist oft während der Pubertät der Fall. Ich kann Ihnen nicht mit Bestimmtheit sagen, ob hormonelle Veränderungen dort mitspielen. Vitiligo ist nicht gebunden an eine Alterszahl. Ich bin keine Fachärztin mit Spezialgebiet Hauterkrankung. Daher kann ich Ihnen hierzu nur meine eigene Erfahrung erläutern. Heute weiss ich nicht mehr genau, welche Faktoren es bei mir damals waren, die den Ausbruch der Vitiligo provozierten. Was ich von mir behaupten kann ist, dass ich unter starkem Alltagsstress litt. Auch kam ein Skiunfall hinzu, aus dem sich ein Morbus Sudeck entwickelte. Vielleicht haben Stress und mein Gesundheitszustand mein Immunsystem dermassen gefordert, dass es zu einer Überreaktion gekommen ist. Vielleicht haben aber auch Giftstoffe in meinem Organismus dazu geführt, dass Vitiligo bei meiner damaligen „Schwäche“ zum Ausbruch gekommen ist. Vitiligo ist bei mir zu einem Stillstand gekommen. Bin ich repigmentiert? Nein. Allerdings fühle ich mich geheilt.

Gibt es mehrere Formen von Vitiligo und welche?

Nebst einer lokalisierten Vitiligo erscheint diese auch in einer generalisierten Form. Die Ausprägung ist bei beiden Fällen sehr unterschiedlich.

Welche Körperstellen sind bei Vitiligo am häufigsten betroffen?

Vitiligo zeigt sich bei vielen Betroffenen an den Händen, den Ellbogen, Knien, Füssen und um die Augen wie auch um den Mund.

Wie kann Vitiligo behandelt werden und ist sie heilbar?

Kenne ich eine spontan geheilte Person? Nein. Ist Vitiligo heilbar? Ich weiss es nicht. Momentan ist die Forschung noch nicht so weit und ein Medikament, welches eine Repigmentierung hervorruft, ist meines Wissens nicht auf dem Markt. Ist das Immunsystem an einer „Krankheit“ beteiligt, gibt es so viele Türen dahinter. Stösst man eine Tür auf, schliesst sich vielleicht die zuvor geöffnete Tür wieder. Das Immunsystem handelt nach seinen eigenen Gesetzen.

Um das Hautbild zu verbessern und die Regmentierung anzustossen, gibt es verschiedene Cremes auf dem Markt. Nebenwirkungen können auftreten. Eine Repigmentierung kann dadurch vielleicht stattfinden. Ob diese grossflächig oder nur punktuell ausgelöst wird, ist unterschiedlich. Auch kann es erneut zur Depigmentierung kommen.

Auch können Lichttherapien sinnvoll sein.

Wichtig erscheint mir, dass der Austausch mit anderen Menschen, betroffen oder nicht, stattfindet.

Welchen Verlauf nimmt Vitiligo?

Das ist von Mensch zu Mensch verschieden. Ob es einen rasanten Verlauf zur Folge hat oder rasch zu einem Stillstand kommt, ist unterschiedlich. Die Psyche des Betroffenen ist auf jeden Fall ein Thema. Aus meiner kinesiologischen Sicht scheint mir dort ein wesentlicher Punkt vorhanden zu sein. Die

psychische Gesundheit ist wichtig. Gehen wir von Stress im Alltag oder der Psyche aus, verschlechtert sich oft das Hautbild. Wir kennen das auch von „Bibeli“, die auftreten auf Grund von Stress.

Die Verläufe von Vitiligo sind also unterschiedlich. So kann sie stagnieren und von einem Tag auf den anderen wieder in einer Art Ausbruch erscheinen.

Gibt es andere Erkrankungen, die gemeinsam mit Vitiligo auftreten?

Eine klare Antwort meinerseits wäre hier unangebracht. Es gibt vielleicht Autoimmunerkrankungen, die häufiger auftreten, bei der die davon betroffene Person auch von Vitiligo betroffen ist. Ob diese Erkrankungen aber in klarem Zusammenhang mit Vitiligo stehen, kann ich nicht sagen. Ein Facharzt könnte hier vielleicht die richtige Auskunft erteilen.

Wie reagiert der Betroffene auf Hautverletzungen?

Bei Verletzungen der Haut, so kann ich aus eigener Erfahrung heraus berichten, können nebst Narben oft auch weisse Hautstellen zurückbleiben. Die Haut reagiert nicht mehr wie zuvor. Ein kleiner Kratzer kann für immer ersichtlich bleiben. Auch kann es sein, dass sich die Haut nach einem Knochenbruch an der betroffenen Stelle depigmentiert. Das muss aber nicht sein. Es kann. Bei Tattoos kann es passieren, dass die Haut sich um das Tattoo herum depigmentiert.

Ob das bei jedem Vitiligo-Betroffenen so ist, kann ich nicht sagen. So wie nicht bei jedem Betroffenen Vitiligo gleich leicht oder stark ausgeprägt ist, ist auch bei einer Hautverletzung nicht klar, wie die Reaktion darauf verläuft.

Darf eine kosmetische Behandlung bei einer Kundin mit Vitiligo durchgeführt werden, worauf muss besonders geachtet werden?

Ich sehe keine Gründe dafür, die einer Behandlung, falls diese keine produktbezogenen allergischen Reaktionen auslöst, im Weg stehen würden. Die Hautstruktur fühlt sich dort, wo die hellen Stellen sich befinden, oft etwas dünner oder feiner an, so meine eigene Erfahrung. Hautveränderungen, Ärdchen oder auch Poren fallen vielleicht etwas deutlicher auf.

Vorsicht ist sicher geboten, wenn es sich um Produkte handelt, die eine pigmentreduzierende Wirkung haben. Das Hautbild der Vitiligo sollte nicht verwechselt werden mit hormonell



beeinflussten Hauterscheinungen, die meist bräunlich zum Vorschein kommen.

Auch sollte sich, wenn es sich um Make-up oder Camouflage handelt, die Kundin oder der Kunde nach dem Auftragen noch als authentisch empfinden. In diesem Zusammenhang ist es sicher ratsam zu wissen, dass das aufgetragene Produkt Farbunterschiede bei den nichtpigmentierten Hautstellen verursachen kann. Oft wünschen sich Vitiligo-Betroffene, dass das Hautbild durch das Auftragen eines Produktes gänzlich wieder in farblich einheitlichem Zustand ist. Den Kunden einfühlsam darauf hinzuweisen, dass es vielleicht trotzdem einen farblichen Unterschied geben könnte, ist sicher eine gute Option.

Eine Episode aus meinem Leben: Ich wollte immer meine Hände „zurückhaben“. Soll heissen, in nicht geflecktem Zustand. Während einer Weiterbildung durfte ich erleben, wie Camouflage den Farbzustand einer meiner Hände wieder in ein einheitliches ungeflecktes Erscheinungsbild versetzte. Der Unterschied von der geschminkten Hand zur ungeschminkten Hand war gewaltig. Mir allerdings hat es nicht die Erfüllung gebracht, die ich mir erhoffte. Ich empfand den Anblick als störend und unrealistisch. Nebst dem Aufwand, der betrieben wurde, empfand ich meine geschminkte Hand als fremd. Dadurch auch mein Rat, einen Kunden oder eine Kundin darauf aufmerksam zu machen, dass das erzielte Hautbild vielleicht nicht dem ursprünglichen Hautbild entspricht.

Bei Selbstbräunungsprodukten sollte ebenfalls beachtet werden, dass es oft nicht leicht ist, die scharf oder unregelmässigen Ränder der weissen Hautstellen einzufärben. Selbstbräunungsprodukte färben auf der depigmentierten Haut nicht in der selben Art wie auf der pigmentierten Hautstelle.

Tätowierungen können wie oben erwähnt, vielleicht eine Hautreaktion auslösen. Hier spreche ich nicht nur eine Unverträglichkeit auf die Farbstoffinhalte an. Vielleicht verwischt sich eine Farbechtheit des Produktes auf Grund der weissen Hautstelle darunter, da hier die Pigmentierung der Haut nicht mehr gegeben ist und das Produkt daher nicht in dem gewünschten Farbton oder Farbtintensivität erscheint. Bestimmt ist es sinnvoll, die Kundin oder den Kunden sensibel darauf hinzuweisen, dass es zu einer Hautbildveränderung kommen könnte. Fachärzte und Fachpersonen können hier bestimmt noch etwas besser Auskunft erteilen.

Welchen Einfluss hat die Psyche auf Vitiligo?

Wie ich bereits erwähnt habe, ist eine ausgewogene Psyche dienlich, um auch im Hautbild Ruhe zu erleben. Die Haut ist das grösste Organ, welches der Mensch besitzt. Oft sind wir uns dessen nicht bewusst. Sind wir also psychisch gestresst, wirkt sich dies auf das Immunsystem aus, welches wiederum



BERUFLICHES

Als Kinesiologin mit eigener Praxis (www.kiwi-raumundzeit.ch) und in meiner kaufmännischen Tätigkeit bin ich stetig mit Menschen in Kontakt. Werde ich auf meine weissen Flecken angesprochen, ist es mir heute nicht mehr unangenehm. Ich definiere mich über mein Sein und nicht über mein Äusseres.

Publiziert im SFK-Info 1/22

Reaktionen im Körper auslöst und somit auch auf die Haut Auswirkungen haben kann.

Mit speziellen Übungen oder Aufarbeitung von psychischem Stress helfen wir unserem Organismus und somit auch der Haut.

Wie lerne ich mit Vitiligo zu leben?

Jeder geht mit seinem Körper und seiner Psyche auf seine eigene Art und Weise um.

Wie lerne ich also damit zu leben? Ich kann nur raten, sich nicht hinter der „Krankheit“ zu verstecken, noch Vitiligo als solches zu verstecken. Offen sein. Sich mit anderen darüber unterhalten. Selbsthilfegruppen für Vitiligo-Betroffene sind dazu ein gutes Werkzeug. Sich erkundigen. Sich austauschen mit Betroffenen oder deren Angehörigen. Das weltweite Netz nutzen, um sich Informationen zu holen. Die eigene Psyche unterstützen.

An wann kann ich mich als Betroffene/r mit Fragen wenden?

Bestimmt haben Betroffene einen Hautarzt kontaktiert. Fragen sollten dort klar formuliert gestellt werden und eine klare Antwort sollte daraufhin folgen.

Über verschiedene Plattformen können ebenfalls Fragen gestellt werden. Wie schon erwähnt, dienen Selbsthilfegruppen dazu, Fragen zu stellen und Antworten zu erhalten.

Ich selbst habe damals meine Fragen zuhänden der Schweizerischen Psoriasis und Vitiligo Gesellschaft (www.spvg.ch) gestellt und bin durch sie gut beraten worden. Ich habe an mir selbst gearbeitet und habe so mein Hautbild gut annehmen gelernt. Ich habe mir die Möglichkeit gegeben, mich aus einem anderen Blickwinkel anzuschauen. Oft bemerke ich heute meine weissen Stellen nicht mehr. Ich werde auch sehr selten noch darauf angesprochen. Warum? Vielleicht daher, dass ich mehrheitlich mit meinem Hautbild in Harmonie stehe. Ich lehne Vitiligo nicht mehr ab und nehme mich selbst dadurch noch mehr an.

Wie kann ich andere Betroffene kennenlernen?

Hier kann ich nur wiederholen, sich an eine Selbsthilfegruppe zu wenden oder sich auf einer Plattform für Vitiligo-Betroffene umzuschauen. SelbsthilfegruppenleiterInnen können vermitteln und nach Absprache Betroffene auch miteinander in Kontakt bringen. Zudem sind SelbsthilfegruppenleiterInnen meist selbst von Vitiligo betroffen. Durch eigene Erfahrungen, den Austausch mit anderen Betroffenen und auch Schulungen haben sie sich zum Thema Vitiligo weitergebildet.



Die Autorin

Nicole Schwob Sennhauser