

# LICHEN SKLEROSUS

## DER VULVA

"Lichen sklerosus ist eine chronische Hauterkrankung,  
die hauptsächlich die Haut der Genitalien betrifft."









Alle Hautreizungen sollten vermieden werden, da diese die Aktivität der Hauterkrankung stimulieren. Alle Infektionen durch Pilze oder Bakterien müssen behandelt werden. Die Vulva sollte nur sanft mit den Fingerspitzen und warmem Wasser gereinigt werden. Manche bevorzugen eine Kochsalzlösung (ein Viertel eines Teelöffels Salz, aufgelöst in einer Tasse Wasser) zu diesem Zweck.

Manchmal spüren Sie vielleicht Juckreiz. Dies kann zu einer bestimmten Tageszeit, oft Nachts, schlimmer sein, und viele Frauen kommen in einen Teufelskreise durch Kratzen. Manche wachen kratzend auf, oder können nicht anders, als sich zu kratzen. Die Juckreiz-Kratz-Reaktion ist normal, und die Behandlung mit der Steroidsalbe und der Feuchtigkeitskrem hilft. Das Kratzen im Genitalbereich ist ungünstig, da es die Haut schädigen und die Symptome aufrechterhalten kann. Die folgenden Strategien werden derzeit mit Erfolg gegen den Juckreiz angewendet:

- Die Behandlung richtig angewendet werden. Dies ist ein gemeinsamer Aufgabe für Ihren Arzt und Sie.
- Wir empfehlen Ablenkung. Wenn beispielsweise der Juckreiz im Bett unerträglich ist, sollten Sie nicht unruhig im Bett liegen. Stehen Sie stattdessen auf und suchen Sie sich etwas, das Ihre Hände und Ihre Konzentration beansprucht. Wenn Sie spüren, dass die Spannung durch den Juckreiz nachlässt, versuchen Sie, wieder ins Bett zu gehen. Hoffentlich dauert es nur eine kurze Zeit, bis Sie sich besser fühlen.
- Ein Antihistaminikum der ersten Generation wie Hydroxyzin, das vor dem Schlafengehen eingenommen wird, kann den Juckreiz reduzieren.
- Es ist am besten, die Nägel kurz zu feilen, damit das Kratzen im Schlaf nicht zu viel Schaden anrichtet.
- Wenn der Geschlechtsverkehr schmerzhaft ist, können natürliche Gleitmittel helfen.
- Wenn Trockenheit ein Problem ist und Sie sich in den Wechseljahren befinden, fragen Sie Ihren Arzt nach vaginalen Östrogenen. Schmerzhafter Geschlechtsverkehr sollte vermieden werden.

# 06

## Was passiert langfristig bei Kindern mit LS?

Die Krankheit bessert sich normalerweise im Teenageralter, aber einige Teenager haben weiterhin Symptome und benötigen eine längere Behandlung. Glücklicherweise hat dies keinen Einfluss auf ihre zukünftige Fruchtbarkeit.