



**Entzündliche  
Dermatosen**



## **Das Handekzem Informationen und Behandlungsmethoden**

---

Liebe Patientin, lieber Patient,

diese Patientenbroschüre soll Ihnen Informationen über die Erkrankung des Handekzems vermitteln. Das Handekzem kann zu erheblichen Einschränkungen der Lebensqualität sowie der Teilhabe im beruflichen oder privaten Alltag führen.

Wir möchten Ihnen auf den folgenden Seiten die Untersuchungs- und Behandlungsmöglichkeiten, die in unserem Hause angeboten werden, vorstellen.

# Inhalt

---

1.	Was ist ein Handekzem?	4
2.	Warum entsteht ein Handekzem?	5
3.	Welche Untersuchungen sind sinnvoll?	6
4.	Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?	7
5.	Wie kann der Erkrankung vorgebeugt werden? Wie kann verhindert werden, dass die Erkrankung wieder auftritt?	9
6.	Hautschutzverfahren, Berufserkrankung: Handekzem	10



## Was ist ein Handekzem?

---

Unter einem Handekzem versteht man eine chronisch-entzündliche Erkrankung der Haut im Bereich der Hände.

Typische Symptome sind:

- Rötung und Schuppung der Haut
- Verhornungsstörungen und Risse
- Bläschen, Nässen
- Juckreiz, Schmerzen und Brennen

Sobald ein Handekzem länger als drei Monate besteht oder innerhalb eines Jahres mehr als zweimal wiederkehrt, spricht man von einem chronischen Handekzem. Insbesondere Menschen, die in hautbelastenden Berufen arbeiten, leiden häufiger an Handekzemen.

# Warum entsteht ein Handekzem?

Patienten mit Ekzemen leiden unter einer gestörten Hautbarriere. Der Körper ist nicht mehr in der Lage, die Hautbarriere zur Umwelt aufrecht zu erhalten und bestimmte Stoffe abzuwehren. Dies kann unterschiedliche Gründe haben.

Man unterscheidet drei Formen des Handekzems:

- das irritativ-toxische Handekzem
- das kontaktallergische Handekzem
- das atopische Handekzem

Häufig zeigen sich Mischbilder der verschiedenen Handekzem-Formen.

## Das irritativ-toxische Handekzem

Das irritativ-toxische Handekzem spielt besonders bei Menschen eine Rolle, die entweder beruflich oder privat irritierenden Substanzen ausgesetzt sind. Dies können beispielsweise sein:

- häufige und lange Feuchtarbeit
- häufiges und langes Tragen von Handschuhen
- häufiges Händewaschen oder Desinfizieren der Hände
- Kontakt mit anderen irritierenden Substanzen (z. B. Reinigungsmitteln)

Unter Karenz der auslösenden Substanzen kommt es meist zu einer Abheilung. Es handelt sich hierbei um eine unspezifische Entzündungsreaktion. Diese kann entweder akut-irritierend (wie z.B. durch Säuren) oder chronisch-irritierend durch wiederholten Kontakt zu einer schwächeren Noxe (wie z. B. Feuchtigkeit) entstehen. Ein spezifischer Test zum Nachweis des irritativ-toxischen Kontaktekzems steht nicht zur Verfügung, sodass hier der Ausschluss anderer Ursachen an Bedeutung gewinnt. Da Kontaktallergene leichter in vorgeschädigte Haut eindringen können, begünstigt ein irritativ-toxisches Handekzem die Entstehung einer zusätzlichen Kontaktallergie.

## Das kontaktallergische Handekzem

Durch Kontakt mit sensibilisierenden Stoffen können Kontaktallergien entstehen. Wie schnell eine Kontaktallergie auftritt, hängt von dem jeweiligen Kontaktallergen und der individuellen Disposition ab. Offene und entzündete Hautstellen begünstigen dies zusätzlich. Es gibt unzählige Stoffe, die im Bereich der Hände zu relevanten Kontaktallergenen zählen. Die Abheilung der Hautveränderungen kann nur durch konsequente Meidung des Stoffes erfolgen. Der Epikutantest (Pflastertest) dient dem Nachweis einer Kontaktallergie.

## Das atopische Handekzem

Menschen mit einer angeborenen Neigung zu Allergien, Asthma und Neurodermitis (sogenannte Erkrankungen des atopischen Formenkreises) leiden häufig unter Ekzemen im Bereich der Hände. Hier spielt eine konsequente, intensiv rückfettende Pflege die Hauptsäule der Therapie. Bei Patienten mit atopischem Handekzem wird durch die erblich bedingt gestörte Hautbarriere zusätzlich die Entwicklung irritativ-toxischer und kontaktallergischer Handekzeme gefördert, sodass hier häufig ein Mischbild der verschiedenen Formen des Handekzems vorliegt.

## Welche Untersuchungen sind sinnvoll?

In der weiteren Abklärung des Handekzems spielt besonders die Befragung des Patienten (Anamnese) eine wichtige Rolle. Hierbei können mögliche Auslöser der Beschwerden gefunden werden.

Die Beantwortung folgender Fragen ist beim ersten Gespräch besonders interessant:

- Mit welchen Stoffen kommen Sie beruflich und privat in Kontakt?
- Wie viele Stunden Feuchtarbeit betreiben Sie durchschnittlich pro Tag?
- Tragen Sie regelmäßig Handschuhe?
- Leiden Sie unter Allergien, Asthma oder Neurodermitis?
- Besteht in Ihrer Familie eine Allergieneigung?
- Werden Ihre Beschwerden im Urlaub oder am Wochenende besser?
- Welche Therapien haben Sie bereits ausprobiert?
- Verwenden Sie regelmäßig Hautpflege- und Hautschutzcremes?

In der klinischen Untersuchung wird besonderes Augenmerk auf die Verteilung (Lokalisation) der Hautveränderungen und die Morphe (Art der Hautveränderungen) gelegt. Eine Ganzkörperinspektion ist hilfreich, um weitere Hautveränderungen am Körper zu beurteilen. Zu Beginn der Diagnostik kann insbesondere bei stark schuppenden Handekzemen eine Untersuchung zum Ausschluss einer Pilzinfektion sinnvoll sein. Da auch Erkrankungen wie eine Schuppenflechte die Beschwerden eines Handekzems imitieren können, besteht möglicherweise auch die Indikation zu einer Hautbiopsie. Falls die Hautveränderungen über mehrere Monate bestehen, ist es sinnvoll, einen Epikutantest auf dem Rücken durchzuführen. Dabei sollte immer die Standardreihe der Deutschen Kontaktallergie-Gruppe (DKG) mit den am häufigsten vorkommenden Allergenen getestet werden. Darüber hinaus können ausgewählte Testreihen oder patienteneigene Substanzen in Abhängigkeit von der beruflichen und privaten Exposition getestet werden.

Der Epikutantest dient dem Nachweis einer Kontaktallergie. Verschiedene Stoffe werden mit Hilfe von kleinen Testkammern vorzugsweise auf dem Rücken des Patienten fixiert. Nach zwei Tagen werden die Testkammern entfernt. Die Ablesung des Tests erfolgt an Tag 2 und Tag 3, manchmal auch in einer Spätablösung nach einer Woche. Positive Testreaktionen zeigen eine Kontaktallergie gegenüber dem getesteten Stoff an. Ob eine positiv getestete Substanz tatsächlich für das bestehende Handekzem relevant ist und welche Maßnahmen getroffen werden müssen, wird nach der Testung mit dem Patienten besprochen. Bei Nachweis einer Kontaktallergie erhält der Patient einen Allergiepass. Der Allergiepass sollte immer, vor allem aber bei zukünftigen Arztbesuchen, mit sich getragen werden.

Um Ihre allgemeine Neigung zu Allergien abzuklären, können weitere Allergietestungen durchgeführt werden. An erster Stelle steht hierbei der Hautpricktest. Dieser dient zum Nachweis sogenannter Soforttypallergien. Der Test dauert insgesamt 20 Minuten und wird üblicherweise im Bereich des Unterarms durchgeführt. Einzelne Tropfen der Allergene, zum Beispiel luftgetragener Allergene wie Pollen, Schimmelpilze oder Nahrungsmittelallergene, werden auf die Haut aufgetragen und anschließend mit einer Lanzette in die oberste Hautschicht eingebracht.

## Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

### Basismaßnahmen

Die regelmäßige Anwendung von duftstofffreier und allergenarmer Basispflege zur Rückfettung und Stabilisierung der Hautbarriere sowie von Hautschutzcremes insbesondere in Berufen mit stark hautbelastender Tätigkeit ist die wichtigste Therapiesäule. Zusätzlich sollte häufiges Händewaschen und Feuchtarbeiten – falls möglich – vermieden werden. Bei Bedarf sollte auf eine milde Hautreinigung geachtet werden. Außerdem sollte, besonders in Berufen mit hautbelastenden Tätigkeiten, die Händedesinfektion dem Händewaschen vorgezogen werden. Handschuhtragezeiten sollten so kurz wie möglich gehalten werden. Ist das Tragen von Handschuhen nicht zu vermeiden, sollte bei längeren Tragezeiten von über zehn Minuten ein Unterziehandschuh aus Baumwolle getragen werden, um einem Okklusiveneffekt entgegenzuwirken. Kontaktallergene und irritierende Substanzen sollten konsequent gemieden werden. Als unterstützende Maßnahmen können auch juckreizmildernde Stoffe Linderung verschaffen. Hierbei können beispielsweise die äußerliche Anwendung von Polidocanol-haltigen Salben und Cremes oder die Einnahme von Antihistaminika zur Symptomlinderung führen. Aufgrund der gestörten Hautbarriere kommt es bei Patienten mit Handekzemen häufiger zu Fehlbesiedlungen mit Bakterien oder Pilzen. Hier kann die Anwendung von antiseptischen oder antiinfektösen Maßnahmen sinnvoll sein.

## Äußerliche Therapie

Die erste Therapiestufe beinhaltet die äußerliche Anwendung von Glukokortikosteroiden (Kortison). Alternativ kann auch mit äußerlichen Calcineurin-Inhibitoren behandelt werden. Wenn die Ekzemschübe häufiger auftreten, kann eine proaktive Therapie sinnvoll sein. Hierbei werden die Bereiche der Hände, an denen die Hautveränderungen immer wieder auftreten, konsequent zweimal wöchentlich mit äußerlichen Glukokortikosteroiden oder Calcineurin-Inhibitoren behandelt, auch wenn aktuell keine Hautveränderungen sichtbar sind. Ziel ist es, dass die Schübe weniger häufig und in geringerer Intensität auftreten.

Seit Oktober 2024 ist ein topischer JAK-Inhibitor neu zugelassen, der als Creme formuliert ist. Die Therapie ist geeignet für Erwachsene mit mittelschwerem bis schwerem chronischem Handekzem, wenn Kortisonpräparate nicht ausreichen oder nicht geeignet sind. Die Creme blockiert die Aktivierung der JAK-STAT Signalkaskade und verhindert somit entzündliche Signalwege in der Haut. Die Anwendung ist zweimal täglich auf die betroffene Haut.

## Lichttherapie

In der nächsten Behandlungsstufe ist neben der Verwendung von stärker wirksamen äußerlichen Glukokortikosteroiden/Calcineurin-Inhibitoren auch die Durchführung einer Lichttherapie zu erwägen. Die UV-Strahlung wirkt entzündungshemmend auf die Haut. Beim chronischen Handekzem hat insbesondere die PUVA-Therapie einen besonderen Stellenwert. Hierbei wird ein besonderer lichtsensibilisierender Stoff namens Psoralen in Form von Cremes oder Bädern auf die betroffenen Hautstellen appliziert. Die Lichttherapie wird üblicherweise zwei- bis dreimal wöchentlich in der Klinik bzw. in der Praxis durchgeführt. Nachteile einer Lichttherapie sind das Risiko für die Entwicklung von Lichtschäden sowie Hautkrebs.

## Innerliche Therapie

Sollten die oben genannten Maßnahmen keinen Erfolg gebracht haben, kann eine innerliche Therapie mit Tabletten erwogen werden. Schließlich ist die Behandlung mit Vitamin A-Abkömmlingen für das chronische Handekzem indiziert. Da die Tabletten Nebenwirkungen machen können, sollten diese nur unter fachmedizinischen Kontrollen über einen Zeitraum von Monaten eingenommen werden. In diesem Zeitraum ist eine regelmäßige Überwachung der Blutwerte unabdingbar. Frauen im gebärfähigen Alter müssen zwei sichere Antikontrazeptiva verwenden und dürfen unter der Therapie nicht schwanger werden. Im akuten Schub kann die kurzfristige Anwendung von Kortison-Tabletten den Leidensdruck des Patienten verringern. Aufgrund der starken Nebenwirkungen bei langfristiger Kortison-Einnahme ist diese Therapie nicht als Dauertherapie anzusehen.

Dupilumab ist ein monoklonaler Antikörper, der die IL 4/IL 13-Signalwege blockiert – entscheidend bei Typ 2-Infektion. Das Medikament wird als Spritze verabreicht und ist zugelassen für Kinder und Erwachsene mit mittelschwer bis schwerer atopischer Dermatitis. Dupilumab ist aktuell nicht spezifisch für das Handekzem zugelassen, jedoch für Neurodermitis Patienten mit Handbeteiligung möglicherweise eine Option.

## Wie kann der Erkrankung vorgebeugt werden? Wie kann verhindert werden, dass die Erkrankung wieder auftritt?

Um dem erstmaligen Auftreten eines Handekzems vorzubeugen oder um zu verhindern, dass es zu einem Wiederauftreten des Handekzems kommt, sollten bestimmte Maßnahmen eingehalten werden. Unsere Empfehlungen diesbezüglich sind:

- Achten Sie auf konsequente Anwendung von Hautpflege- und Hautschutzcremes
- Vermeiden Sie irritierende Substanzen im Beruf sowie im Privaten (z.B. ätzende Reinigungsmittel oder saure Lebensmittel)
- Vermeiden Sie lange und häufige Feuchtarbeiten
- Falls der Kontakt mit irritierenden Substanzen sowie Feuchtarbeit nicht zu vermeiden ist, schützen Sie sich mit entsprechenden Handschuhen
- Sollten Sie Handschuhe länger als zehn Minuten am Stück tragen müssen, empfehlen wir Unterzieh-Handschuhe aus Baumwolle
- Schützen Sie Ihre Hände vor Kälte



## Hautschutzverfahren, Berufserkrankung: Handekzem

Haben Sie den Verdacht, dass Ihr Handekzem möglicherweise berufsbedingt ist? Dies sollten Sie mit Ihrem behandelnden Arzt besprechen. Insbesondere Mitarbeiter des Gesundheitswesens, von Reinigungsunternehmen, aus dem Gastronomie-, Bau- oder Friseurgewerbe sind aufgrund ihrer Tätigkeit besonders gefährdet, ein Handekzem zu entwickeln. Sollte sich Ihr Verdacht erhärten, informiert der Arzt die zuständige Berufsgenossenschaft bzw. Unfallkasse und leitet mit Ihrem Einverständnis ein Hautarztverfahren ein. Das Ziel eines solchen Verfahrens ist es, Ihre Haut zu schützen und in einen Zustand zu bringen, in dem Sie Ihren Beruf weiter ausüben können.

Ihre Vorteile eines solchen Hautarztverfahrens sind:

- Regelmäßige Vorstellungen in unserer Sprechstunde für Berufsdermatologie.
- Übernahme der Kosten für Diagnostik und Therapie inklusive Pflegeprodukten von der Berufsgenossenschaft bzw. der Unfallkasse.
- Teilnahme an Präventionsmaßnahmen wie Hautschutzseminaren, die Ihnen wertvolle Tipps zur richtigen Pflege und geeigneten Handschuhen für Ihren jeweiligen Beruf vermitteln.
- Begehungen Ihres Arbeitsplatzes von Mitarbeitern der Berufsgenossenschaft bzw. der Unfallkasse zur Optimierung Ihres Arbeitsumfelds.
- Möglichkeit einer stationären Heilbehandlung in spezialisierten Zentren bei Ausbleiben eines ambulanten Therapieerfolges.

Sollte es trotz aller Bemühungen nicht zu einer Besserung des Handekzems kommen, wird Ihr behandelnder Arzt eine Anzeige auf eine Berufserkrankung stellen.



## Lageplan



## Kontakt

LMU Klinikum München  
Klinik und Poliklinik für Dermatologie  
und Allergologie  
Campus Innenstadt  
Frauenlobstr. 9 -11  
80337 München

[www.lmu-klinikum.de](http://www.lmu-klinikum.de)

Stand 2025

Bilder: Stockfotos

## Mit freundlicher Unterstützung von

abbvie

 almirall

AMGEN



Lilly

 NOVARTIS

 Inspired by patients.  
Driven by science.

 CELLTRION

 INCYTE | SOLVE  
ON.

Johnson & Johnson

KLINGE  
PHARMA

sanofi | REGENERON™

GALDERMA  
EST. 1981