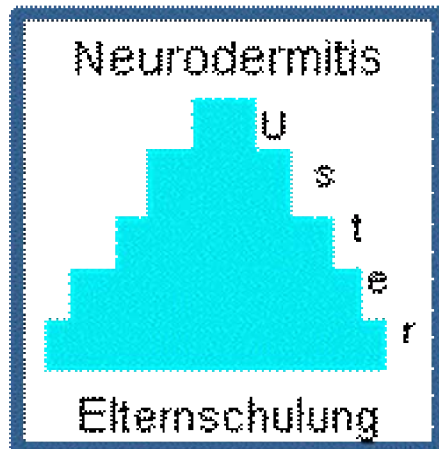


## Ustermer Neurodermitisschulungen



## Information und Anmeldung

**Die nächste Schulung startet am  
Mittwoch, den 22. Oktober 2008  
und ist folgendermaßen aufgebaut:**

22.10.08: Neurodermitis – Grundlagen  
29.10.08: Kratzalternativen und  
Stressbewältigung  
05.11.08: Hautpflege  
12.11.08: Ernährung  
19.11.08: Stufenplan und Therapie  
26.11.08: Zusammenfassung und  
Wiederholung, Alternativmedizin

HAUTARZTPRAXIS  
Dr. med. Tobias Plaza  
Brunnenstr. 9  
8610 Uster  
Tel. 044 940 49 49  
Fax. 044 940 49 60  
info@hautarzt-uster.ch

Die Neurodermitisschulungen finden nach den Richtlinien der **Arbeitsgemeinschaft Neurodermitisschulung (AGNES)** statt.



Mit freundlicher Unterstützung der  
Firmen  
Spirig Pharma und La Roche Possay

## Neurodermitis

Neurodermitis (atopisches Ekzem, endogenes Ekzem) gehört zu den häufigsten Krankheiten im Kindesalter. Es ist eine juckende, chronisch-entzündliche Hauterkrankung. In der Schweiz liegt die Häufigkeit bei Kindern bei etwa 10%. Der Juckreiz wird von den Betroffenen als quälend und teilweise unerträglich erlebt und stellt zusammen mit dem Schlafverlust sowie den zum Teil entstellenden Hautveränderungen wohl die größte Belastung bei Betroffenen, Familien und Freunden dar.

Die trockene Haut ist das typische Kennzeichen der Neurodermitis und es besteht eine erhöhte Bereitschaft zu Ekzemen, d.h. zu geröteten und schuppenden, manchmal auch nässenden Hautveränderungen. Die Ausprägung des Ekzems ist nicht an jedem Tag gleich stark. Entzündungsschübe wechseln sich mit relativ beschwerdefreien Phasen ab.

Oft kennt man die Ursachen für die Entzündungsschübe nicht. Häufig kann man jedoch bestimmte Zusammenhänge zwischen psychischen Belastungen, Kontakt mit Tieren, bestimmten Nahrungsmitteln oder anderen Umwelteinflüssen wie Pollenflug, Kontakt mit Hausstaubmilben, Hitze, chemischen Irritationen oder falscher Hautpflege und dem Ekzem erkennen.

## Ustermer Neurodermitisschulungen

Neurodermitis – eine Krankheit, unter der die Betroffenen und deren Familien zum Teil sehr stark leiden. Die Arbeitsgemeinschaft Neurodermitis-Schulungen e.V. (AGNES) hat das Modell der Neurodermitisschulung entwickelt. Erstmals gibt es jetzt auch in Uster ambulante Eltern-, Kinder- und Jugendlichenschulung nach dem standardisierten Konzept.

### **Kostenübernahme durch die Krankenkasse**

Die Kosten für die gesamte Schulung betragen 200- CHF pro Familie und werden derzeit nicht von den Krankenkassen übernommen.

Jede Schulung besteht aus 6 Treffen à zwei Stunden. Die Kurse finden in der Regel mittwochs von 20.00 bis 22.00 Uhr statt. Wir gehen dabei insbesondere auf Ihre Fragen ein und machen Ihre speziellen Interessen zum Schwerpunkt der Schulung. Die Gruppengröße ist auf acht Familien begrenzt.

Es werden 3 verschiedene Schulungen angeboten:

- für **Eltern**, deren Kinder zwischen 0 und 7 Jahren sind
- für **Eltern und Kinder** zwischen 8 und 12 Jahren
- für **Jugendliche** zwischen 13 und 18 Jahren

## Ustermer Neurodermitisschulungen

Unser Anliegen ist es, Sie gezielt und individuell zu informieren, um Ihnen zu helfen, den Alltag mit der Erkrankung besser zu bewältigen.

### **Schulungsinhalte:**

- medizinische Grundlagen
- Therapiemöglichkeiten
- Bewältigungsstrategien
- Ernährung/Allergien
- Umwelteinflüsse
- Austausch mit andern betroffenen Eltern

Ganz praxisnah wollen wir mit Ihnen in unseren Seminaren erarbeiten:

- Möglichkeiten, mit Juckreiz und Kratzverhalten anders umzugehen
- ob, womit und wie man am besten cremt und salbt
- wie man Stress abbauen und entspannen kann
- wie man Komplikationen rechtzeitig erkennt

Unser Schulungsteam besteht aus:

- Kinder- und Jugendärzten
- Hautarzt
- Psychotherapeut
- Medizinische Praxisassistentin
- Ernährungswissenschaftlerin

mit abgeschlossener Weiterbildung zum Neurodermitistrainer.