

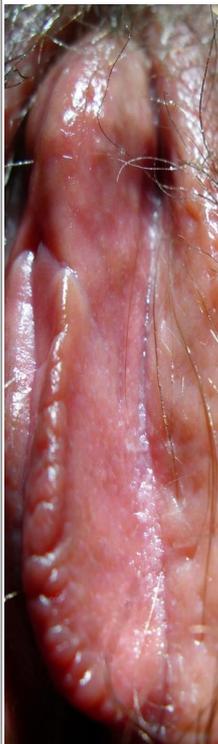
## Lichen sclerosus et atrophicus

**Inhalt**

INHALT .....	II
<b>1 LICHEN SCLEROSUS ET ATROPHICUS</b> .....	<b>1</b>
1.1 Der Erkrankung kann jahrelang ein starker Juckreiz voran gehen.....	2
<b>2 LICHEN = CHRONISCHE ENTZÜNDUNG - VERLAUF</b> .....	<b>3</b>
2.1 Phase 1.....	3
2.2 Phase 2.....	3
2.3 Phase 3.....	3
<b>3 THERAPIE</b> .....	<b>4</b>
3.1 Lokale Behandlung.....	4
3.2 Antientzündliches Basis Konzept .....	4
<b>3.2.1 Nahrungsergänzungsmittel</b> .....	4
3.3 Zwei erlebte, gegensätzliche Fälle: .....	5
3.3.1 Fall 1 = Sehr erfreulicher Verlauf .....	5
3.3.2 Fall 2 = Hartnäckiger Verlauf .....	5

# 1 Lichen sclerosus et atrophicus

## Lichen im Schambereich - Kein Grund zur Verzweiflung



- Der Lichen sclerosus ist eine chronische, entzündliche Bindegewebserkrankung der Haut und vorwiegend im Scham- und Analbereich lokalisiert
- Mögliche andere Körperstellen: Achselhöhlen  
Innenseite der Handgelenke  
Mundhöhle
- Ein jahrelang bestehender Juckreiz kann den ersten sichtbaren Veränderungen vorausgehen
- Erste Lokalzeichen sind meistens weisse Flecken
- Die Krankheit schreitet langsam bis rasch fort. Schamlippen/Klitoris können innert 2 Wochen verklebt sein  
Penis: Verkrümmung
- Es handelt sich vermutlich um eine Autoimmunerkrankung, deren Ursache unbekannt ist
- Die Krankheit kann familiär gehäuft auftreten
- Befällt meistens erwachsene Frauen, seltener auch Männer im Intimbereich
- Fall in meiner Praxis: 13-jähriges Mädchen mit Befall der Schamlippen und beginnend im Analbereich. Starkes Brennen beim Wasserlösen
- Geschätzte Häufigkeit: 0.1% bei Mädchen vor der Pubertät  
3% bei Frauen im Alter über 80 Jahren
- Wahrscheinlich hohe Dunkelziffer, besonders in arabischen Ländern
- Mögliche Begleiterkrankungen: Schilddrüse  
Darm  
Psoriasis
- Schulmedizinische Therapie: Kortison lokal (jahrelang)  
Kortison unter die Haut injiziert  
Lokalpflege

### Bild

Die Haut an der Basis der linken Schamlippe ist aufgehell. Hier bestand seit Monaten ein quälender Juckreiz ohne sichtbare Veränderungen der Schleimhaut.

## 1.1 Der Erkrankung kann jahrelang ein starker Juckreiz voran gehen

Oft berichten Frauen über einen umschriebenen Juckreiz an irgendeiner Stelle im Bereich der Schamlippen. Innerhalb weniger Wochen kann es zu einer raschen Progredienz mit Verklebung der Klitoris kommen.

Zu diesem Zeitpunkt sollte die *liegende Acht* schon sichtbar sein: Eine weissliche Verfärbung rund um den Analkanal und den Schamlippen Bereich mit einem Balken im Dammbereich.

In der Juckreizphase wird die Krankheit sozusagen immer verkannt, meist als Pilz fehlagnostiziert und als solchen fehlbehandelt. Eine lange Odyssee von Arzt zu Arzt, von Naturheiler zu Naturheiler, ist die Regel. Dabei wäre es gerade in dieser Phase am wichtigsten, an das Vorliegen eines Lichens zu denken. In dieser Vor-Phase, wo noch keine sichtbaren Hautveränderungen und keine Verklebungen sichtbar sind, ist die Aussicht auf Heilung am grössten.

Nach Ausschluss einer anderen Ursache beginne ich in der Juckreizphase ohne lange Umschweife mit *Tacrolimus*<sup>1</sup>, welches eine stark immunsuppressive Wirkung aufweist: Anwendung 2-mal täglich (hauchdünn), morgens und abends. In der Regel Wochen bis wenige Monate, sehr selten +/- 2 Jahre.

In den ersten 1-4 Wochen ist eine leichte Zunahme des Juckreizes (auch Brennen) zu erwarten, danach aber ziemlich rasche Besserung, innerhalb 1-2-3 Monaten, bis zur vollständigen Beschwerdefreiheit.

Tacrolimus wird langsam reduziert und parallel dazu eine bestimmte Pflegecreme und je nach Testung auch eine bestimmte Hormonsalbe verordnet. Die meisten Pflegecremes und Hormonsalben haben sich als nicht wirksam erwiesen, beziehungsweise verschlimmerten sogar die Beschwerden.

Fazit nach jahrelanger Erfahrung: Keine Nebenwirkungen, keine Therapieversager. Rezidive können in Phasen starker psychischer Belastung auftreten, sind aber selten und von kurzer Dauer (wenige Tage).

### Keine Therapie ohne begleitende, antientzündliche und immunstärkende Begleittherapie!

- Fischöl, Zink, Selen, Vitamin A, Nachtkerzen Öl, Granatapfelsaftelixier, Rapsöl u.a.
- Vorgängig werden mittels eines so genannten Antioxidantienstatus und Fettsäurenstatus (BioCheck) etwaige Mängel aufgedeckt und aufgrund der Werte laborkontrolliert behandelt
- Dem Darm (Mikrobiom), beziehungsweise der Verdauung, ist grösste Beachtung zu schenken: 3/4 unseres Immunsystems liegen im Darm!
- Das vaginale Mikrobiom darf nicht ausser Acht gelassen werden
- Wohl der wichtigste Faktor ist die Ernährung. Nach eingehender Befragung der Ernährungsgewohnheiten wird die *entzündungshemmende* Ernährung vorgestellt. Ein etwaiger Nikotinkonsum ist schleunigst einzustellen. Bei anhaltendem Nikotinkonsum ist der Therapiefrust vorprogrammiert.

### Vor Selbsttherapien sei gewarnt!

- Die Therapie erfordert viel Fingerspitzengefühl und einen sehr guten Patienten-Arzt Kontakt

---

<sup>1</sup> Tacrolimustherapie bei Neurodermitis: Grossflächige Anwendung, buntes Spektrum an Nebenwirkungen. Bei lokaler Anwendung im Intimbereich, kleinflächig, zeitlich limitiert und dünn aufgetragen, sind Nebenwirkungen auszuschliessen. Es liegen auch keine Berichte über Nebenwirkungen vor.

## **2 Lichen = chronische Entzündung - Verlauf**

### **2.1 Phase 1**

Am Anfang steht der Juckreiz ohne sichtbare Schleimhautveränderungen, mitunter monatelang und quälend. Ständiger Juckreiz ohne Pilz- oder Infektnachweis ist bis zum Beweis des Gegenteils stets ein Lichen und man soll frühzeitig mit der Behandlung beginnen: Tacrolimus, Lokalpflege und antientzündliche Ernährungsweise (wichtig).

### **2.2 Phase 2**

Optisch helle Haut, kleiner Flecken bis grossflächig und Juckreiz/Brennen! Wichtig und fast schon beweisend: Die so genannte liegende 8: Betrachtet man die Anal-Genitalregion, so ist die Haut um die Vagina und den After aufgehell, sieht optisch aus wie eine 8. Die Analregion ist oft befallen!

### **2.3 Phase 3**

Verklebungen (Klitoris, Schamlippen, Penis beim Mann)

## 3 Therapie

### 3.1 Lokale Behandlung

Die lokale Behandlung besteht höchstens zu Beginn und nur bei schwereren Fällen während weniger Tage in der Anwendung von Cortisonsalben. Ich verzichte stets darauf und beginne mit Tacrolimus, zweimal täglich und sehr dünn aufgetragen. Anfänglich ist eine mässige bis deutliche Erstverschlimmerung möglich (Brennen), muss aber nicht sein.

### 3.2 Antientzündliches Basis Konzept<sup>2</sup>

Das therapeutische, antientzündliche Basiskonzept basiert auf einem Antioxidantien- und Fettsäurenstatus (BioCheck) zur Aufdeckung von etwaigen Mängeln unter spezieller Beachtung von entzündungshemmenden Stoffen wie Fischöl, Nachtkerzenöl und anderen.

Nach dem Eingang der Laborwerte erfolgt eine qualitative Ernährungsanalyse (Befragung), Erklärung der Laborwerte (Bedeutung - Konsequenzen) und schliesslich eine Empfehlung zur Nahrungsumstellung in Richtung antientzündlicher Ernährungsweise und notwendiger Nahrungsergänzungen wie etwa Fischöl/Krillöl, Vitamin A, Selen, Zink und andere.

Die Ernährungsrichtlinien, wie dargestellt in meinem Konzept *Hauptstrasse der Ernährung und Topmix-Lebenselixiere*, sind plus/minus zu befolgen. Auf eine *antientzündliche* Ernährungsweise wird grösster Wert gelegt.

Mit diesem Konzept ist zu erwarten, dass das Fortschreiten der Erkrankung, auch weitere Verklebungen, rasch zum Stillstand kommen. Zu erwarten ist nach 3 Monaten eine Besserung der Beschwerden (Juckreiz) und nach spätestens 2 Jahren eine Heilung, wobei das Wort *Heilung mit Vorsicht* zu verstehen ist. Zwischenzeitliche Schübe, die sich in aller Regel nur schwach bemerkbar machen, können mit Tacrolimus gut abgefangen werden.

Grundsätzlich ist eine deutliche Linderung der Beschwerden frühestens nach wenigen Wochen bis spätestens nach wenigen Monaten zu erwarten. Eine gewisse *Empfindlichkeit* insbesondere unter Stressbelastungen wird möglicherweise bestehen bleiben.

Was man NIE UND NIMMER tun darf: Den Lichen biopsieren, weil man mit einer Biopsie noch mehr Unruhe ins gereizte Gewebe bringt und man damit Schübe provozieren kann.

#### 3.2.1 Nahrungsergänzungsmittel

Ein kleiner Teil ist kassenpflichtig. Ein Teil wird (sofern vorhanden, je nach Krankenkasse) aus den Zusatzversicherungen bezahlt und einen weiteren Teil müssen Sie selbst übernehmen (zur Vermeidung von Umtrieben Barzahlung in der Praxis gegen Quittung).

---

<sup>2</sup> Die Therapie der chronischen Entzündung nach dem 8-Säulen-Konzept (nach Dr. Eichhorn).  
[http://archiv.ever.ch/pdf\\_c/entzuendung\\_ms\\_8\\_saeulen\\_konzept.pdf](http://archiv.ever.ch/pdf_c/entzuendung_ms_8_saeulen_konzept.pdf)  
<https://www.ever.ch/medizinwissen/chronische-entzuendungen/>

### **3.3 Zwei erlebte, gegensätzliche Fälle:**

#### **3.3.1 Fall 1 = Sehr erfreulicher Verlauf**

- Nach kurzem Aufflammen in den ersten drei Therapiewochen: Besserung nach 4 Wochen, bleibend

#### **3.3.2 Fall 2 = Hartnäckiger Verlauf**

- Aufflammen während den ersten 3 Therapiemonaten, insbesondere bei Belastungen (Psyche, körperliche Belastungen, Radfahren, Menstruation)
- Während weiteren 6 Monaten: Abwechselnd gute und schlechte Tage
- Nach 2 Jahren "geheilt", wobei aber eine gewisse Schleimhautempfindlichkeit persistierte
- Diese Dame wendet auch heute noch konsequent die Lokalpflege und das ganze Spektrum der antientzündlichen Ernährungsweise und Therapie an, verzichtet auf Strings und Einlagen und fährt wieder sehr kräftig Fahrrad über holprige Strassen