



## Hitzepickel beim Baby

Hitzepickel sind zahlreiche kleine Pickelchen und Bläschen, die aufgrund von Überhitzung und starker Schweißabsonderung vor allem im Gesicht, am Hals, im Innenbereich der Ellbogen, in den Leisten sowie an Brust und Schultern auftreten. Bauch und Beine sind selten betroffen. Dieser Hautausschlag äußert sich besonders bei hellhäutigen, schnell und kräftig schwitzenden Kindern und ist häufig bei Säuglingen zu beobachten. Gelegentlich wird das Hautphänomen von leichtem Juckreiz begleitet. Der Volksmund bezeichnet diese Hauterscheinung auch als Hitze- oder Schweißfriesel, Schwitzpickel, Hitzeblattern oder als Hitzeausschlag.

### Symptome und Beschwerden

- Kleine, leicht gerötete Pusteln oder Bläschen auf Gesicht, Hals, Brust und Schultern.
- Leicht gerötete Haut und erhitztes Aussehen.

### Entstehung und Ursache

Hitzepickel (Miliaria oder Dermatitis hidrotica) werden nicht durch Sonneneinstrahlung verursacht, sondern entstehen bei Kindern nach starkem Schwitzen und Verlegung (Verstopfung) der Schweißdrüsenengänge. Der Schweiß kann nicht richtig abfließen (Schweißretention), krankhafte Hautveränderungen wie Pusteln und Bläschen (Effloreszenzen) sind die Folge.

Vorwiegend ist diese Erkrankung in den Tropen zu beobachten. Aber auch in unseren Breiten zeigt sie sich während der Sommermonate bei nicht akklimatisierten Kindern beider Geschlechter. Zu eng anliegende, die Verdunstung behindernde Kleidung oder zu dickes Zudecken sind die Ursachen für ihr Auftreten.

### Muß das Kind zum Arzt?

Da es sich bei dieser Erkrankung um eine harmlose Erscheinung handelt, ist ein Arztbesuch nicht nötig. Sollte der Hautausschlag jedoch nicht innerhalb von 12 Stunden abklingen, nachdem Ihr Kind sich abgekühlt hat, ist das Aufsuchen eines Arztes erforderlich.

## **Was wird der Arzt tun?**

Ein Ausschlag kann möglicherweise auch ein erstes Anzeichen für eine ernstere Infektion der Haut oder für eine allergische Hautreaktion sein. Der Arzt wird aus diesem Grund entsprechende Untersuchungen durchführen, um die Möglichkeit einer anderen Ursache festzustellen oder auszuschließen.

## **Behandlung und Vorbeugung**

Kinder, die zu Hitzepickeln neigen, sollte man im Sommer möglichst nicht allzu sehr der Wärme aussetzen. Ebenfalls sollte auf luftige Kleidung aus Naturfasern (zum Beispiel aus Baumwolle oder Seide) geachtet werden. Baden Sie Ihr Kind zunächst mit lauwarmem Wasser, und trocknen Sie es durch Abtupfen leicht ab. Diese Maßnahme hat zur Folge, dass sich Ihr Kind bald wieder abkühlt. Pudern Sie anschließend die empfindlichen Stellen mit Körper- oder Schwefelpuder ein. Nach diesen Maßnahmen klingt der Ausschlag in der Regel schnell ab.

## **Weitere Formen von Miliaria**

Je nach Lokalisation des Verschlusses werden verschiedene Formen der Miliaria unterschieden:

### **1. Miliaria cristallina**

Diese Dermatose wird wegen der Flüchtigkeit ihrer Hauterscheinung nur selten gesehen. Sie kann ausgelöst werden durch starke Schweißausbrüche bei zu warm bekleideten Säuglingen, durch Infektionskrankheiten oder durch Schwitzbäder (Sauna, Sonne).

Sie ist vor allem am Rumpf zu finden und zeigt stecknadelkopfgroße, wasserhelle Bläschen, die weder jucken noch einen entzündlichen Charakter haben. Ihrem Erscheinungsbild nach wirken sie wie Schweißtröpfchen auf der Haut, die durch leichten Fingerdruck oder spontan platzen.

### **2. Miliaria rubra und Miliaria profunda**

Diese Formen treten vorwiegend in den Tropen auf. Sie sind auch unter der Bezeichnung „Roter Hund“, oder „prickly heat“ bekannt. Längere Aufenthalte in Gebieten mit hoher Luftfeuchtigkeit sind die Voraussetzung für ihre Entstehung.

Bei uns finden sie sich bei Säuglingen im Windelbereich. Auch hier ist Überhitzung die Ursache. Vorzugsweise sind bedeckte Körperbereiche und der Rumpf betroffen. Besonders bei der tropischen Form kann es zu größeren Flächen mit entzündlichen Pusteln oder Knötchen auf der Hautoberfläche kommen.

## **Antibiotika nötig**

Eine Behandlung mit antibiotischen Medikamenten (zum Beispiel Salben oder Puder) ist aufgrund der Infektionsgefahr unumgänglich.

## **Das sollten Sie tun:**

- Halten Sie die Haut Ihres Kindes kühl, und vermeiden Sie allzu warme Kleidung.
- Überprüfen Sie die Zimmertemperatur des Raumes, indem ich Ihr Kind aufhält, uns sorgen Sie für ausreichende Frischluftzufuhr.
- Achten Sie darauf, dass Ihr Kind keine Textilien aus Wolle oder aus Kunstfasern trägt.

## **Aus dem Fachwörterbuch**

Dermatose  
Effloreszenzen

**Hautkrankheit  
krankhafte Hautveränderungen (z.B. Pusteln,  
Bläschen)**

Miliaria oder Dermatitis hidrotica

**medizinischer Fachbegriff für Hitzepickel**

Miliaria cristallina, Miliaria rubra  
und Miliaria profunda Retention

**Weitere Formen von Miliaria  
Abflußbehinderung von bestimmten  
Körperflüssigkeiten**

Roter Hund, Luchen tropicus oder  
„prickly heat“

**Synonyme für Miliaria rubra und Miliaria  
profunda**