

Lichen sclerosus (LS)

YouTube Erklärvideo



Allgemeines

- chronische, entzündliche Hauterkrankung
- nicht ansteckend
- betrifft v. a. den äusseren genitalen Bereich
- schubweiser Verlauf
- keine Frage der mangelnden Hygiene
- wahrscheinlich eine **Autoimmunerkrankung**
- genetische Veranlagung möglich
- eine familiäre Häufung wird beschrieben
- tritt ggf. mit anderen Lichen-Formen, mit anderen Autoimmun-Krankheiten oder mit Vulvodynie auf

Betroffene Körperstellen bei Frauen

- **Vulva:** häufig
- **Perineum (Damm) und Anus:** häufig
- **Andere Hautbereiche (Rumpf, Arme):** selten
- **Mund:** sehr selten

Ursachen

- Ursache nicht vollständig geklärt
- Hinweise auf Antikörper / Autoimmunreaktionen

Trigger für Schübe

- Hautreizungen, Verletzungen, zu starke Reibung
- psychischer Stress / Traumata
- Koebner-Phänomen (oft nach Biopsie)

Häufigkeit & Alter

- Kann bei Kindern und Teenagern auftreten
- Frauen: ca. 1 von 50 / Männer*: ca. 1 von 1000

Diagnostik & Zweitmeinung

- Die frühzeitige Blickdiagnose kann schwierig sein (teils atypische oder überlappende Lichen-Formen und Differentialdiagnosen mit ähnlicher Symptomatik, siehe www.juckenundbrennen.eu)
- Nicht jede Ärztin/jeder Arzt ist spezialisiert
- Eine Biopsie ist nicht immer notwendig
- Zur Bestätigung oder zum Ausschluss der Diagnose kann eine Zweitmeinung sinnvoll sein

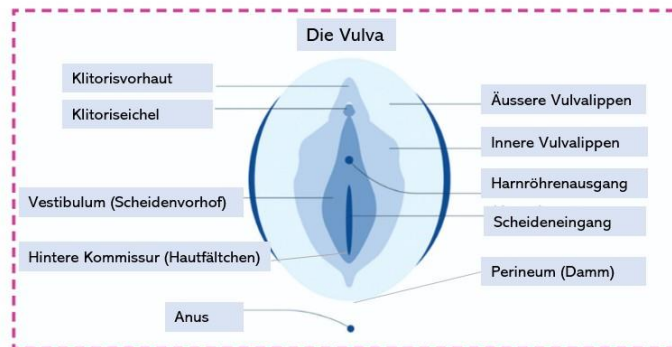
* Auf die LS-Thematik bei Männern und Jungs gehen wir auf der Webseite www.lichensclerosus-mann.ch ein.

Selbstuntersuchung Genitalbereich

- Vorzugsweise mit einem Spiegel (dieser ermöglicht die Betrachtung von Hautstellen, die per Auge nicht direkt ersichtlich sind).
- 1 x im Monat.
- Eine Fotodokumentation kann helfen, den Verlauf des LS objektiver zu beurteilen.

Detaillierte Anleitung zur Selbstuntersuchung:

https://www.lichensclerosus.ch/de/symptome_selbstuntersuchung_red_flags/selbstuntersuchung_der_vulva



Schema erstellt von ISSVD,
Vom Verein Lichen Sclerosus angepasst, 2026

Global Thinking for
Women's Wellness™

Schonende Intimhygiene

- **Sanfte Intimhygiene:** nur mit Wasser waschen, danach nur abtupfen (mit Intimpflegetüchern ohne jegliche Zusatzstoffe, idealerweise aus Vliesstoff)
- **Vermeiden von Reizungen:** Keine Seifen, keine Duschgels, keine Intimirasur, keine herkömmlichen Slipeinlagen, nasse Badesachen rasch wechseln
- **Reibung vermeiden:** keine Strings, lockere Kleidung
- **Behandlung:** Die offizielle Therapie täglich ergänzen mit rückfettenden/feuchtigkeitsspendenden Produkten.

Symptome & klinische Anzeichen eines Lichen sclerosus (LS)

Symptome:

- Wiederkehrender, schwer zu lindernder Juckreiz und/oder Brennen im Intimbereich
- Schmerzen beim Geschlechtsverkehr, insbesondere bei der Penetration oder danach
- Gefühl von kleinen Hautverletzungen
- Schmerzen beim Wasserlassen
- Schmerzen beim Stuhlgang und Risse danach
- Einige Betroffene sind asymptomatisch

Klinische Anzeichen:

- weissliche Verfärbungen (Depigmentierung) an der Vulva, am Perineum (Damm) und/oder am Anus
- Rötungen und kleine Einblutungen der Haut
- dünne, glänzende, trockene Schleimhaut und Hautrisse
- Zusammenwachsen/Verkleben der inneren und äusseren Vulvalippen
- Verengung des Scheideneingangs
- Verkleben/Überwachsen der Klitoriseichel, resp. der Klitorisvorhaut
- Hautveränderungen im Bereich des Harnröhrenausgangs
- wiederkehrende Infektionen: bakterielle, virale und/oder mykotische (Pilz)

Die klinischen Anzeichen eines LS können von Frau zu Frau variieren und sich verändern.

Unsere Webseiten beinhalten Experteninterviews, Podcasts, Fachartikel, Medien- und Erfahrungsberichte, Adresslisten:

www.lichensclerosus.ch
www.verein-lichensclerosus.de
www.verein-lichensclerosus.at
www.lichensclereux.ch



Gut zu wissen

- Mit einer frühzeitigen Diagnose ist LS **gut kontrollier- und behandelbar**.
- **Mit der adäquaten Therapie** lassen sich die Beschwerden im Normalfall rasch und deutlich lindern (mit Beschwerdefreiheit als Ziel).
- **Die langfristige Behandlung ist wichtig**, um das Fortschreiten der Erkrankung zu verlangsamen, Schübe/Rückfälle zu verhindern und das Risiko für Spätkomplikationen zu senken (anatomische Veränderungen / Vulvakrebs).
- Die Behandlung ist abhängig von den Symptomen, dem Krankheitsstadium und dem Schweregrad. Bereits entstandene Hautschäden sind in der Regel irreversibel.



Therapie

Standardtherapie:

Langzeittherapie gemäss den europäischen Leitlinien (*European Dermatology Forum*, Kirtschig et al., 2023) oder nach ärztlicher Verordnung gemäss Kurz- und Langzeit-Behandlungsschema mit einer spezifischen **hochdosierten Kortisonsalbe plus täglicher Pflege**. In weit fortgeschrittenen Stadien können operative Verfahren notwendig werden zur Wiederherstellung der anatomischen Strukturen und deren Funktion.

Alternative Therapien:

Bei Unverträglichkeit oder unzureichender Wirkung der Standardtherapie: Calcineurin-Antagonisten: Tacrolimus, Pimecrolimus

Komplementäre / Experimentelle Therapien:

Einige komplementäre Ansätze wie Laserbehandlung, PRP u.a. können bei manchen Patientinnen eine Linderung bewirken. Die derzeit verfügbaren wissenschaftlichen Daten sind jedoch begrenzt und erlauben keine eindeutigen Aussagen.

Psycho-soziale Auswirkungen

Die Diagnose eines Lichen sclerosus (LS) führt neben körperlichen Beschwerden häufig auch zu erheblichen psychischen Belastungen. Einschränkungen im Alltag und im Sexualleben, sichtbare Veränderungen an der Vulva, Schmerzen beim Geschlechtsverkehr sowie die Angst vor neuen Krankheitsschüben können das Selbstwertgefühl beeinträchtigen.

Die Erkrankung kann auch die Partnerschaft belasten, etwa durch Missverständnisse, abnehmende Intimitäten, Frustration oder ein Gefühl der Entfremdung. Eine offene Kommunikation wäre wichtig und hilfreich. Schamgefühle und mangelndes Wissen über die Krankheit auch im persönlichen und familiären Umfeld erschweren jedoch häufig das Ansprechen der sehr intimen Probleme.

Vor diesem Hintergrund ist eine Begleitung und Unterstützung besonders wertvoll: der Austausch mit anderen Betroffenen, praktische Ratschläge, psychologische Begleitung, Selbsthilfegruppen oder anonyme Foren bieten einen wichtigen Raum für diskreten, sicheren und persönlichen Austausch – sowohl für die Betroffenen selbst als auch für deren Partner oder Partnerin / Familien.

Die wichtigsten Punkte

- **Lichen sclerosus (LS)** ist eine chronische, nicht ansteckende Hauterkrankung im äusseren Intimbereich.
- LS ist nicht heilbar, aber im Normalfall gut behandelbar.
- Eine frühzeitige Erkennung des LS ist entscheidend.
- Die Selbstuntersuchung spielt eine wichtige Rolle zur Erkennung der ersten Anzeichen.
- Die wichtigsten Symptome und klinischen Anzeichen sind im entsprechenden Abschnitt auf der Rückseite des Flyers beschrieben.
- Bei Verdacht auf LS einen Facharzt aufsuchen: Vulvasprechstunde, Dysplasiesprechstunde, Dermatologe, Urologe, spezialisierter Gynäkologe.
- Eine regelmässige ärztliche Nachsorge ist erforderlich, um mögliche Komplikationen rechtzeitig zu erkennen und zu behandeln.

Zögern Sie bei Verdacht auf LS nicht, sich abklären zu lassen. Unser Verein unterstützt Sie dabei zeitnah und gern.

Verein Lichen Sclerosus, Sitz in der Schweiz

Seit 2013 länderübergreifend aktiv und engagiert in ganz Europa und **ausgezeichnet für Pionierarbeit mit dem Rotkreuzpreis SRK 2019**

Flyer aktualisiert im Mai 2026

© Verein Lichen Sclerosus

© Association Lichen Scléreux

Frauenskizze: @michaela_list_

