

# Verdickung der obersten Hornhautschicht (Hyperkeratose)

## Information

Mit Hyperkeratose ist die Verdickung/Verhornung der obersten Hornhautschicht besonders an Händen, Füßen, Ellenbogen und an Druckstellen gemeint. Dadurch kann es zu Störungen der Feinmotorik an den Händen kommen. Durch die Fußbelastung kann die verdickte Hornhaut unter den Füßen reißen und zu Schmerzen führen.

### Auf was muss ich achten?

Vermeiden Sie das Entstehen von Druckstellen (z.B. durch enge Schuhe).

### Was kann ich selbst tun?

- Bei feinmotorischen Störungen erkundigen Sie sich nach Hilfsmitteln und Hilfestellungen für den Alltag.
- Wenn sich Ihre Haut schält/abschuppt/reißt, legen Sie lindernde Kompressen, z.B. mit Kamille oder Quark auf.
- Tragen Sie eine fettreiche, hydrierende Lotion auf.
- Wenden Sie gegebenenfalls Medikamente an, die Ihnen Ihr behandelnder Arzt verordnet.
- Nehmen Sie ggf. eine Fußpflege in Anspruch.