

Heuschnupfen – häufigste Allergie

Niesattacken, tiefende Nase, juckende und tränende Augen, Husten, Atemnot bei Anstrengung: So beginnt für viele im Frühjahr die Heuschnupfensaison. Im Laufe der Zeit können leider neue Allergien – etwa gegen Milben und Lebensmittel – oder gar ein Asthma dazukommen. Darum: Tun Sie frühzeitig etwas gegen die Pollenallergie!

Pollen gehören zu den häufigsten Ursachen von Allergien, der so genannten Pollinose. Der Name «Heuschnupfen» oder die englische Bezeichnung «Hay-

fever» («Heufieber») ist eigentlich falsch, denn es handelt sich weder um eine Allergie auf das getrocknete Heu noch ist Fieber das Hauptsymptom. Allergieauslöser sind die Pollen (Blütenstaubkörner), welche die Allergene in der inneren Körnerhülle oder im Zellinnern tragen.

Was sind Pollen?

Pollen gehören zu den wichtigsten Trägern von Inhalationsallergenen. Sie haben die Aufgabe, das männliche Erbgut auf die Eizelle zu übertragen. Die Bestäubung von Korbblütlern, Nadelbäumen, Gräsern, Getreide usw. beruht auf dem Transport der Pollen durch den Wind, oft über sehr grosse Distanzen. Da die Art der Verbreitung wenig gezielt ist, sind die windbestäubenden Pflanzen – im Gegensatz zu den insektenbestäubenden Blumen – darauf angewiesen, sehr grosse Mengen an Pollen freizusetzen.

Umweltfaktoren

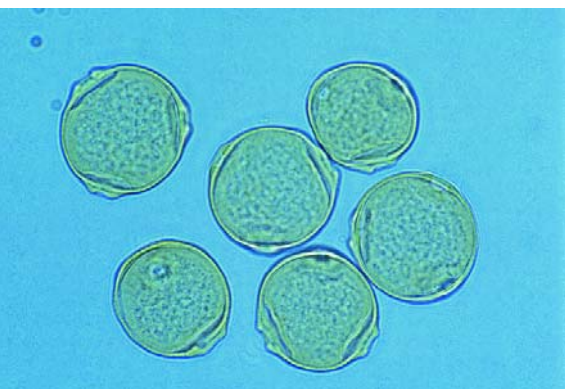
Wetter und Klima haben einen starken Einfluss auf das Blühverhalten (Pollenfreisetzung) und die Pollenmengen. Auswertungen der Pollenmessresultate der MeteoSchweiz haben kürzlich gezeigt, dass eine lineare Temperaturzunahme in den vergangenen Jahren zu einer Verfrühung der Eintrittstermine von Hasel, Erle und Birke und einer starken Zunahme der Jahrespollenmenge geführt haben. Die Frühjahrspollinose ist in den eigentlichen Winter gerutscht und tritt vermehrt und verstärkt auf.

Nebst dem Einfluss von Klima und Temperatur hat auch die Luftverschmutzung zu einem Anstieg der Pollenallergien geführt. Es lassen sich Interaktionen zwischen Luftschadstoffen und Pollenallergien auf folgenden drei Ebenen unterscheiden:

- Beeinflussung der pollenproduzierenden Pflanzen durch Luftschadstoffe:
Unter dem Stress des Autoverkehrs bilden die Birken ein so genanntes «pathogenesis-related protein», welches bei auf Birkenpollen allergischen Personen Symptome auslöst.
- Interaktionen der freigesetzten Pollen mit Luftschadstoffen wie SO₂, NO₂ und CO:
Dadurch verstärkt sich die allergene Potenz der veränderten Proteine. Ferner bewirken physikochemische Umwelteinflüsse eine Zerstörung der intakten Pollenkörner, dadurch werden lungengängige Pollenfragmente freigesetzt, die Allergene tragen können.
- Beeinträchtigung des menschlichen Organismus durch Luftschadstoffe:
Luftschadstoffe schädigen die respiratorischen Schleimhäute, somit wird das Eindringen von Allergenen erleichtert. Bei entsprechender genetischer Prädisposition erleichtern gewisse Luftschadstoffe wie Stickoxide und Dieselabgase-Partikelchen das Auftreten von pollenspezifischen IgE-Antikörpern (Erleichterung der Sensibilisierung) und erhöhen die Intensität der entsprechenden Antikörperantwort.

Beschwerden

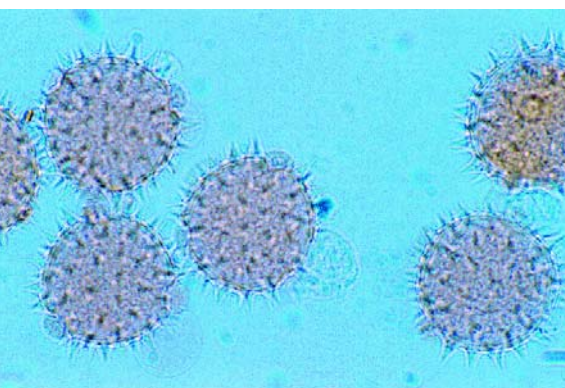
Die typischen Beschwerden äussern sich als juckende und tränende Augen, Niesen, tiefende und vor allem nachts verstopfte Nase, Husten, Atemnot bei Anstrengung bis zu richtigen Asthmaanfällen. Bei einzelnen Pollenallergikern kann höchstens eine minimale Erhöhung der Körpertemperatur gemessen werden. Müdigkeit, Kopfschmerzen, Migräne, Konzentrationsprobleme, Hautausschläge wie besonders



Birkenpollen



Haselpollen



Sonnenblumenpollen

MeteoSchweiz

Ekzeme der Augenlider, Schübe einer Neurodermitis oder saisonabhängiger Nesselausschlag (Urtikaria) sind weitere, seltenere Symptome.

Pollenallergien sind häufig und haben in den letzten Jahrzehnten in der Schweiz und in den westlichen Ländern, aber auch in Japan, Australien und Neuseeland stark zugenommen. Bei Pollenallergikern besteht die Gefahr, dass sich ein Pollenasthma, eine so genannte pollenassoziierte Nahrungsmittelallergie oder neue Allergien, z.B. auf Hausstaubmilben, Tierhaare oder berufsbedingte Allergien (z.B. auf Mehle) entwickeln. Die Gefahr eines Etagenwechsels ist bei einer Pollenallergie nicht zu unterschätzen.

Die Allergie «rutscht» von den Augen und der Nase zu den Bronchien hinunter! Erste Anzeichen sind Husten und Atemnot. Diese Folgen des Heuschnupfens müssen vermieden werden. Rechtzeitige, konsequente Therapie und Prävention sind darum wichtig.

Besonders bei Jugendlichen mit einer Pollenallergie sind gewisse vorbeugende Massnahmen auch in Bezug auf die Berufswahl notwendig, um das Auftreten von neuen Allergien zu vermeiden.

Behandlung

Die einzige ursächliche Heuschnupfentherapie ist, nebst Allergenmeidung, die Desensibilisierung (Spritzenkur, «Allergieimpfung»). Nur diese kann ein späteres Pollenasthma verhindern. Zur Eindämmung der Allergiesymptome werden ferner Antihistaminika (als Tabletten, Augen-, Nasentropfen, Spray) und Kortisonsprays eingesetzt. Antihistaminika werden oft falsch benutzt: nämlich erst bei Symptomen statt regelmässig, noch vor dem Pollenkontakt. Wenn Symptome schon da sind und das Histamin aus den Mastzellen freigesetzt ist, kommen Antihistaminika zu spät! Die Lebensqualität kann bei unbehandeltem Heuschnupfen massiv ein-

geschränkt sein. Es ist deshalb wichtig, dass Betroffene und Ärzte die Pollenallergie ernst nehmen.

■ Prof. Dr. med. B. Wüthrich,
Leiter der Allergiestation,
Dermatologische Klinik,
Universitätsspital Zürich



Saisonale Beschwerden bei sonnigem, windigem Wetter, die auf eine Pollinose hinweisen könnten:

Niesreiz, fließende Nase, Juckreiz der Nasen- und Augenschleimhaut, Tränen, Reizhusten. Überempfindliche Atemwege: Atemnot bei Sport, Beschwerden bei Kontakt mit Rauch, Parfum, Abgasen, Kälte, Chlor (Schwimmbad!).
Orale Allergiesyndrome nach dem Essen von Früchten, Gemüse oder Nüssen wie: Kribbeln im Lippen- und Gaumenbereich, Zungenbrennen, Mundtrockenheit, Bildung von Blasen

Alpina



Sensan

die bessere Alternative



Die Innendispersion ohne Konservierungsmittel

DO IT+ GARDEN MIGROS

coop bau+hobby

JUMBO DO IT·DECO·GARDEN

«do it» Bau- und Garten-Center

alles in OBI

sowie im führenden Fachhandel

