

aha! Allergiekampagne

Allergien gegen Pollen, Hausstaubmilben, Nahrungsmittel und Insektengift stehen im Zentrum der diesjährigen Präventionskampagne. Viele Leute leiden an allergisch bedingten Symptomen, sind sich aber dessen nicht bewusst. Mit einer guten Information und «Allergenprävention», dem Vermeiden der Allergene sowie der richtigen Behandlung, kann die Lebensqualität der Betroffenen meist stark verbessert werden.

Unsere Kampagne 2004 knüpft deshalb an die Pollenallergiekampagne des letzten Jahres an: **aha!** ist erneut unterwegs, informiert und bietet auch wieder kostenlose Allergierisiko-Tests an. Um möglichst breit aufzuklären, haben wir für dieses Jahr vier Themen gewählt. Neben der Pollenallergie steht auch die Hausstaubmilben-, die Nahrungsmittel- und die Insektengiftallergie im Zentrum der Information.

Die meistverbreiteten Allergien – die Pollenallergie ...

Gemäss Studien weiss man, dass in der Schweiz jede fünfte Person auf Pollen allergisch reagiert, das heisst, immerhin 15–20 Prozent der Bevölkerung sind betroffen. Als typische Jahreszeit für Pollenallergien gilt vor allem das Frühjahr. Es gibt jedoch auch stark Allergie auslösende Pflanzen, deren Blütezeit nicht in dieses Schema passt, so z.B. das Traubenkraut (Aufrechte Ambrosie), das im August blüht. Das aus Nordamerika stammende Kraut hat sich in einigen Teilen Europas entlang der Autobahnen stark ausgebreitet und ist auf dem Vormarsch in die Schweiz. Das Allergen des Traubenkrauts wirkt noch stärker als das von Gräsern. Fünf Pollen pro Kubikmeter dieser invasiven Pflanze können ausreichen, um eine heftige allergische Reaktion der Atemwege und der Augen auszulösen sowie Hautreaktionen bei direktem Kontakt mit dem Blütenstand.

... und die Hausstaubmilbenallergie

Die Reaktion auf Hausstaubmilben zählt zu den häufigsten Allergien in westlichen Industrieländern (4–5% der Bevölkerung in der Schweiz) und zu



den häufigsten Auslösern von allergischem Asthma. Bei der Hausstaubmilbenallergie handelt es sich um eine Allergie gegen den allergenhaltigen Milbenkot im Hausstaub, besonders im Schlafbereich. Die Hausstaubmilbe ist ein an sich harmloses, etwa 0,3 µm kleines Spinnentier, das sich vorzugsweise in unseren Häusern und Wohnungen aufhält und vermehrt. Die allergische Reaktion äussert sich mit einem chronischen Schnupfen, mit verstopfter Nase oder Niesreiz, geröteten Augen, Ekzemen der Haut oder einem allergischen Asthma.

Nahrungsmittelallergie – Vorsicht beim Essen

Betroffen sind etwa 2–4% der erwachsenen Bevölkerung und rund 2–6% aller Kleinkinder. Nahrungsmittelallergiker sind häufig zugleich Heuschnupfenpatienten. Eine Nahrungsmittelallergie beruht auf einer immunologisch bedingten Abwehrreaktion des Körpers gegenüber eigentlich harmlosen pflanzlichen (z.B. Pollen) und tierischen (z.B. Kuhmilch) Eiweissen.

Eine häufige und zugleich harmlose Reaktion ist das orale Allergiesyndrom: Der Patient verspürt unmittelbar nach dem Essen Juckreiz an den Lippen und im Hals oder ein pelziges Gefühl in Mund und Gaumen. Es können jedoch auch Schwellungen der Lippen, der Zunge sowie der Wangen- und Rachen Schleimhaut auftreten.

Gewisse Menschen reagieren mit Erbrechen, Magen- oder Bauchkrämpfen und Durchfall, andere mit einem Ekzem (Neurodermitis), einem Nesselausschlag (Urtikaria) oder mit einem



Asthmaanfall. Möglich ist aber auch eine allergische Allgemeinreaktion bis hin zum lebensbedrohlichen Schock.

Die Insektengiftallergie ist ernst zu nehmen

In der Schweiz leiden ungefähr 3–5% der Bevölkerung an einer Insektengiftallergie. Insektenstiche sind in den wärmeren Jahreszeiten nichts Aussergewöhnliches und verlaufen in der Regel problemlos. Es gibt jedoch Menschen, die auf Insektenstiche allergisch reagieren. Die Reaktionen sind verschieden. Grundsätzlich unterscheidet man zwischen schweren Lokalreaktionen und allergischen Allgemeinreaktionen. Jedes Jahr kommt es in der Schweiz zu mehreren Todesfällen durch einen Bienen- oder Wespenstich. Wer auf einen Bienen- oder Wespenstich schon einmal allergisch reagiert hat, sollte dieses Problem mit dem Hausarzt besprechen. Wichtig ist, nicht gestochen zu werden und Notfallmedikamente zur Selbstbehandlung auf sich zu tragen.



Information tut Not

Das Angebot der Infoline ist im Jahr 2003 über 1100 Mal genutzt worden. Allein während der Kampagnenzeit von März bis Juni 2003 verschickten wir über 40 000 Gratisbroschüren. Zahlen, die aufzeigen, dass der Informationsbedarf gross ist und **aha!** als Patientenorganisation und Kompetenzzentrum wahrgenommen wird.

Generell gilt: Je besser die Betroffenen ihre Allergie kennen, desto gezielter können sie sich im Alltag verhalten.

Deshalb führt **aha!** auch dieses Jahr wieder eine breite Informations-



2004



kampagne in mehreren Regionen der deutschen und erstmals auch in der welschen Schweiz durch.

Neue Produkte – weitere Gratisbroschüren in französischer Sprache

Im Rahmen der diesjährigen Kampagne sind zwei weitere Broschüren in die französische Sprache übersetzt worden: Die Broschüre «Hausstaubmilbenallergie» und die «Insektengiftallergie». Verschiedene weitere Titel der Gratisbroschüren können dank der Unterstützung der Inserenten wieder nachgedruckt werden: die Pollenallergie (deutsch/franz.), die «Spezifische Immuntherapie (Allergieimpfung)», «Latexallergie» und «Allergie, Asthma und Sport». Neu aufge-

Unsere Sponsoren:

BERNMOBIL
Stadttheater Bern



legt wurde auch die Broschüre «Asthma allergique».

Im Weiteren bauten wir dieses Jahr die Internetseite mit weiteren fachlichen Informationen aus. Die Kampagnenseite 2004 ist mit den Krankheitsbildern zur Nahrungsmittelallergie, der Insektengiftallergie und der Hausstaubmilbenallergie erweitert worden, selbstverständlich ebenfalls deutsch und französisch.

aha! on tour

Nach dem Kampagnenauftritt mit einer Medienkonferenz und einem Allergiemarkt im Stadttheater Bern, am 3. März 2004, wird **aha!** an den Erfolg anknüpfen, den die Beteiligung an den Sportanlässen 2003 zeitig hat. **aha!** wird dieses Jahr mit einem Informationsstand an den slowUps (regionale autofreie Erlebnistage) teilnehmen und u. a. am Murtensee, im Vallée de Joux und in Zürich dabei sein. Die überaus beeindruckende Nachfrage letztes Jahr am Grand Prix von Bern zeigte, dass der Informationsbedarf in Sportlerkreisen gross ist. Deshalb wird **aha!** am 7. und 8. Mai wieder mit Gratis-Allergierisikotests mitmachen. Weitere Allergierisikotest-Tage wird es ausserdem in Basel und Zürich geben. Das genaue Programm mit jeweiligen Aktualisierungen finden Sie auch auf unserer Internet-Seite: www.allergiehilfe.ch.

Herzlichen Dank den Expertinnen und Experten ...

aha! ist für die Öffentlichkeitsarbeit auf die Unterstützung der Spezialistinnen und Spezialisten aus dem Fachgebiet der Allergologie angewiesen. Wir können uns auch bei dieser Kampagne wieder auf die breite Mitarbeit verlassen und möchten an dieser Stelle allen danken.



aha! Allergiekampagne 2004 on tour

- 3. März: Medienkonferenz und **aha!** Allergiemarkt im Stadttheater Bern mit Allergierisikotests von 10.00–15.30 Uhr.
 - 3. März, 12.00 Uhr: Roll-out Allergietram auf dem Kornhausplatz, Bern
 - 8. Mai: Tag der offenen Tür bei Tesa, Bergdietlikon, mit Allergierisikotests
 - 7./8. Mai: Grand Prix von Bern, Informationsstand mit Allergierisikotests
 - 23. Mai: slowUp Murten, Informationsstand*
 - 20. Juni: slowUp Vallée de Joux, Informationsstand*
 - 29. August: slowUp Euroregio Bodensee*
 - 26. September: slowUp Zürichsee*
- Weitere Allergierisikotest-Tage sind in Basel und Zürich geplant.*

* Detaillierte Angaben sind im Vorfeld auf www.allergiehilfe.ch ersichtlich.



... und Kooperationspartnern

Kampagnen sprengen die finanziellen Möglichkeiten unserer Organisation. Nur dank der grosszügigen Unterstützung von Bernmobil kann **aha!** in den Monaten März und April das Allergietram durch Berns Gassen und Strassen fahren lassen. Herzlicher Dank gilt

auch dem Team des Stadttheaters Bern für die Unterstützung beim Allergiemarkt und der Medienkonferenz vom 3. März.

Danken möchten wir ausserdem den Kooperationspartnern MeteoSchweiz, Essex, Siegenia, Novartis, Novartis Ophthalmics, den Veranstaltern der slowUps

und den Sponsoren der Wettbewerbspreise sowie allen andern, welche die **aha!** Allergiekampagne 2004 finanziell und materiell unterstützen.

■ Redaktion **aha!news**

PHIL & BO

