

# Heuschnupfen? Heuschnupfen!

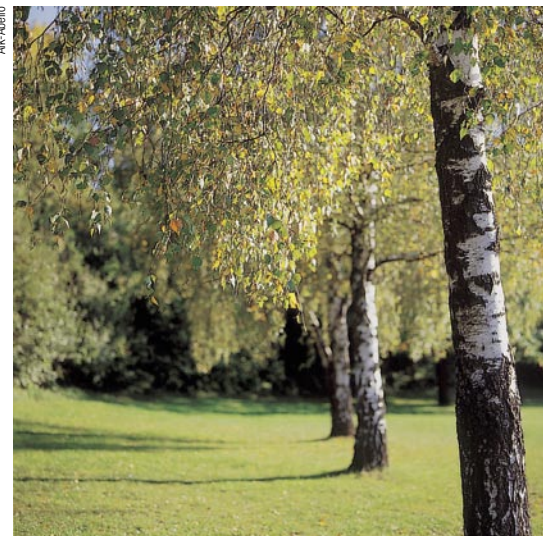
Der Begriff «Heuschnupfen» wurde nicht von Ärzten geprägt, sondern von englischen Landleuten und Bauern. Zwar bezieht sich der Begriff auf eine eng begrenzte Saison, aber Pollen fliegen auch ausserhalb der Monate Mai und Juni. Einige Patienten leiden bereits Ende Januar an den lästigen Symptomen. Umso schwieriger ist die Zuordnung: Ist es tatsächlich eine Pollenallergie oder ein simpler «Pfnüsel»?



Pharmacia Diagnostics

Augen, Nase oder Mund ab und löst Niesreiz, ein juckendes Naseninneres, tränende, rote Augen, Rachenreizungen und Husten aus. Die Beschwerden werden oft morgens beim Aufstehen realisiert und im Freien, zum Beispiel auf der Velofahrt ins Büro, auf dem Gang zum Bus oder ins Büro oder beim Joggen verstärkt gespürt. Zunächst wird meist ein feines Jucken und Schwellungsgefühl am inneren Augenrand oder ein Kribbeln in der Nase bemerkt. Charakteristisch ist, dass stets beide Augen betroffen sind. Dieses wärmende Schwellungsgefühl am Augeninnenrand löst meist Tränen aus und sehr oft juckt die Nase, so dass ein Niesen einhergeht mit einer klaren Sekretion aus der Nase. Häufig wird ein ekliges Jucken auch im Rachen bemerkt. Diese Symptome können tagsüber in Innenräumen abklingen, treten aber draussen wieder auf. Nach drei, vier oder mehr Tagen, vor allem wenn es längere Zeit nicht geregnet hat, fühlt sich die Nasenatmung zunehmend verstopft an. Einige Betroffene klagen über einen Reizhusten, speziell bei körperlicher Anstrengung, oder haben ein Druckgefühl über der Brust. Manchmal werden die Symptome als Asthma erkannt. Andererseits können die Symptome so maskiert bleiben, dass selbst der Arzt den «Etagenwechsel» nicht bemerkt oder anders interpretiert. Häufig verspüren die Betroffenen während der Pollenallergiezeit ein Spannungsgefühl der Gesichtshaut einhergehend mit einem Wärmegefühl.

Alk-Abeillo



Viele Menschen reagieren allergisch auf Birkenpollen.

*Pollenallergie oder einfacher Schnupfen?*

Wie der Begriff «Pollenallergie» besagt, werden Symptome, die sich zu Beginn einer Blühphase akut manifestieren, durch Blütenstaub ausgelöst. Der Pollen setzt sich auf der Schleimhaut von

## Pflanzen, die wichtig für die Pollenallergie sind.

Januar:	Hasel-, Erlenpollen
Februar:	Hasel-, Erlenpollen
März:	Eschen-, Birkenpollen
April:	Birken-, Eschenpollen
Mai:	Birken-, Gräserpollen
Juni:	Gräserpollen
Juli:	Gräser-, Beifusspollen
August:	Beifuss-, Gräserpollen

## Auslöser der Pollenallergie

Von den rund 3500 verschiedenen Pflanzen in der Schweiz sind etwa 20 als Auslöser einer Pollenallergie bekannt. Dass Pollen Ursache für eine Schleimhaut- oder Atemwegsallergie sein können, bedingt, dass sie dorthin gelan-

gen. Und der wichtige Träger ist der Wind. Daher sind nur wenige Pollen für die Mehrheit der Pollenallergien wichtig. Pflanzen, bei denen die Bestäubung über Insekten erfolgt, können vielleicht bei Landschaftsgärtnern, Bauern oder Floristen von Bedeutung sein, sind aber für die breite Bevölkerung nicht relevant. Die wichtigsten Pollenallergieverursacher sind in der Tabelle aufgelistet. Wie man sieht, werden Pollenallergien in der Faschnachtszeit hauptsächlich durch Hasel- und Erlenpollen, in der Osterzeit durch Birken, über die Pfingstzeit durch Gräser (Roggenpollen = Edelgras) und Beschwerden um den Eidgenössischen Nationalfeiertag am 1. August vorwiegend durch Beifusspollen ausgelöst. Oft werden Tannen oder andere Nadelhölzer (Koniferen) als Auslöser für eine Pollenallergie vermutet. Richtig ist, dass Tannen-, speziell Fichtenpollen, nicht Ursache für eine Pollenallergie sind, weil die physiko-chemischen Eigenschaften der Pollen eine Allergenfreisetzung auf der Nasen- resp. Augenschleimhaut kaum erlauben. Die eigentlichen Auslöser der

Heuschnupfenbeschwerden Ende Mai Anfang Juni sind aber die Gräserpollen, die eben gleichzeitig wie die Tannepollen in der Luft sind. Pollen von Traubenkraut (Ambrosia oder Ragweed) haben bei uns noch keine Bedeutung.

### Heuschnupfen! Was nun?

Ob jemand eine Behandlung beansprucht oder nicht hängt vom individuellen Leidensdruck ab. Dem einen verschafft das Tragen einer Brille Linderung, ein anderer braucht ein Medikament. Die Empfehlung, möglichst nicht ins Freie zu gehen, ist oft unrealistisch. Die Tipps wie man sich vor Pollen schützen kann, sind vielfältig: Luftreinigungsgeräte oder Pollenfilter für Auto und Fenster, Nasenstöpsel, Vaselinalben, Brillen mit Luftfilter und vieles mehr. Ob ein Betroffener mit homöopathischen Mitteln zurecht kommt oder ob er zur Chemie greift, muss jeder für sich entscheiden. Tatsache ist, die Pollenallergie ist eine Systemkrankheit und nicht banal, auch wenn sie sich nur in

Nasen, Augen oder Rachen zeigt. Im Verlauf kann sie in ein Asthma oder eine Nahrungsmittelallergie münden. Dieses Erkenntnis ist den Allergologen seit Jahrzehnten bekannt.

### Immuntherapie

Die spezifische Immuntherapie, auch Hypo- oder Desensibilisierung genannt, gilt trotz verschiedenster und neuartiger Therapieangebote immer noch als die einzige Kausalbehandlung. Mit dieser Behandlungsform, die bald 100-jährig ist, wird das Übel bei den Wurzeln gepackt. Allerdings ist der Wirkmechanismus auch heute noch nicht genau bekannt. Ganz wichtig ist, dass vor Einleitung einer Immuntherapie eine korrekte und umfassende allergologische Abklärung stattgefunden hat. Es gibt mehrere Formen der spezifischen Immuntherapie, wobei die konventionelle subkutane Immuntherapie (Spritze unter die Haut) immer noch der Standard ist. Bei der Pollenallergie liegen zahlreiche Untersuchungen vor, die zei-

gen, dass der Erfolg der spezifischen Immuntherapie hoch ist. Auch wenn nicht immer eine komplette Beschwerdefreiheit erreicht wird, sind die meisten Patienten mit dieser Behandlungsform zufrieden, weil einerseits die Dauer der Heuschnupfensymptome und andererseits auch die Intensität der Beschwerden deutlich abnehmen. Man weiss, dass nach einer 3-jährigen Behandlung mit Pollenextrakten der Effekt über 7–10 Jahre anhält. Durch die Immuntherapie kann ein Etagenwechsel mit Ausbildung eines Asthmas verhindert werden. Patienten mit einem Pollenasthma können also nach einer Immuntherapie wiederum beschwerdefrei sein.

■ Prof. Dr. med. Arthur Helbling,  
Leitender Arzt an der Allergien-  
poliklinik, Universitätsspital,  
Bern



# Claritine-Pollen® Blasen Sie den Heuschnupfen ins Loch.



Bitte lesen Sie die Packungsbeilage.  
In Apotheken erhältlich.

 ESSEX Allergy Globopharm AG