

Pollen in südlichen

«Süden, Sommer, Sonne» bedeutet für einige Menschen juckende, rote Augen, Niesattacken, fließende Nase oder Atemnot – von Erholung also keine Spur. Was steckt hinter diesen unangenehmen, eher mitteleuropäischen Erscheinungen? Etwa ein Viertel der Bevölkerung in Europa leidet unter Allergien. Die Pollenallergien nehmen dabei eine immer bedeutendere Rolle ein – mit steigender Tendenz auch im Süden.

Im Mittelmeerraum und an den Meeren müssen sich die Allergiker generell auf eine verlängerte Pollensaison einstellen. Generell gilt aber: Niemand muss sich vor den im Frühling und Sommer fliegenden Pollen verstecken. Gute Information im Vorfeld, die wirksamen Therapiemöglichkeiten und die spezifische Impfung – die einzige gegen die Ursache selbst gerichtete Behandlungsmöglichkeit – können den Allergikern das Leben wesentlich erleichtern.

Pollenallergien in südlichen Gefilden und ihre Ursachen

Welche Pollen bedeutsam sind, hängt hauptsächlich von geographischen und klimatischen Faktoren ab. Jeder Kontinent, jedes Gebiet hat, abhängig vom

Informationen für Pollenallergiker

www.pollen.bulletin.ch
oder
www.meteoschweiz.ch

für Europa im besonderen, aber auch weltweit:

www.hon.ch/Library/Theme/Allergy/Glossary/calendar.html

Breitengrad, eine bestimmte Flora, zu der auch windbestäubende Pflanzen und somit mögliche Pollenallergene gehören. Die Pollen bei uns im zentral-europäischen Raum unterscheiden sich wesentlich von denen, die z. B. in Südfrankreich, Spanien, Portugal, Italien, Griechenland, der Türkei oder am Schwarzmeer gefunden werden.

Das milde Winterklima und trockene Sommer sind optimal für die südeuropäische Vegetation mit Platanen, Öl-bäumen und Zypressen und natürlich auch für Birken, Eschen, Erlen, Haseln, Gräser und Kräuter. Ihre Pollen fliegen besonders von März bis Juli, in der so genannten ersten Pollenperiode und von August bis Oktober (zweite Periode) in besonders grosser Zahl.

Auslösende Pollen im mediterranen Bereich

Besonders allergisierend und häufig v. a. im Südosten Frankreichs und der Türkei sind Baumpollen der Ölbaum- und Zypressengewächse. Zypressen gehören zur Gruppe der immergrünen Nadelbäume und besitzen schuppenartige Blätter und holzige Zapfen, eine Kreuzallergie besteht zur Eibe. Der Öl-

oder Olivenbaum, einer der Hauptein-nahmequellen des Mittelmeerraums, ist eng mit der Esche (Kreuzallergenität) verwandt.

Ein typischer Mittelmeerbaum, die Platane (Werkholz, Papierindustrie), gilt als wichtige Ursache von Pollinose (70% der Pollinose-Symptome) in Spanien und den Balkanstaaten.

Die aus Nordamerika eingeschleppte Ambrosia (Ragweed, Traubenkraut) stellt mit ihrer sprunghaften Verbreitung vermehrt einen Auslöser von Heuschnupfen dar. In den letzten Jahren stieg die Zahl der auf Ambrosia Reagierenden auf 40 Prozent an. Sie blüht von August bis Oktober, deshalb wird sie als Auslöser des «Herbstschnupfens» bezeichnet (mehr über die Ambrosia auf Seiten 22/23).

In den Mittelmeerländern gehören auch Glaskrautpollen (Parietaria) zu häufigen Pollinoseauslösern (hohe Sensibilisierungspotenz, Symptome halten sich hartnäckig bis in den Winter). Sie werden zu den Kräuterpollen gezählt und finden sich v. a. in Weinanbaugebieten, an Mauern, Zäunen und auf Schutthalden.

Der in ganz Europa heimische Kastanienbaum, ursprünglich durch die Römer für den Weinanbau (Rebstecken) nach Mitteleuropa eingeführt, findet heutzutage als Werk- und Bauholz Verwendung. Seine klinische Bedeutung erlangt er durch die bestehende Kreuzallergenität zur Birke.

Tipps für Pollenallergiker vor Reisen in den Süden

Planen Sie Ihre Ferien allergiegerecht! Informieren Sie sich im Vorfeld (siehe Internetadressen in Kästli). Ideale Urlaubsziele sind die Küstengebiete an der See und das Hochgebirge (über 2000 m ü. M.). Aber Vorsicht, wenn im Mittel-

Wichtige europäische Pollenallergene

Land/Region	Wichtige Pollenallergene
Bulgarien	ähnlich wie Schweiz
Frankreich	Gräser, Baumpollen (Zypressen, Buchengewächse), Beifuss, Glaskraut, Ambrosia
Ex-Jugoslawien	Gräser, Ambrosia, Glaskraut, Beifuss
Griechenland	Gräser, Olivenbaum, Glaskraut
Italien	Gräser, Ölbaumgewächse, Beifuss, Glaskraut, Ambrosia
Österreich	wie Schweiz, Eschenpollen, Glaskraut
Portugal	Gräser, Glaskraut, Olivenbaum, Beifuss
Rumänien	Gräser, Baumpollen wie Schweiz sowie Glaskraut und Beifuss
Schweiz	Baumpollen, Gräser, Ambrosia
Spanien	Gräser, Olivenbaum, Platane, Glaskraut
Türkei	Gräser, Olivenbaum, Zypresse
Ungarn	ähnlich wie Schweiz

Ländern

meergebiet die Oliven blühen. Ihre Verwandtschaft zur Esche bedeutet Sensibilisierungsgefahr! Umgekehrt verlängern Sie als Pollenallergiker Ihre Saison, wenn Sie nach der Blütezeit am Heimatort Urlaub im Mitteleuropa oder in Regionen mit späteren Blühzeiten machen.

Grundsätzlich gelten auch während den Ferien die gleichen Regeln:

- Beim Autofahren sollten tagsüber die Fenster geschlossen bleiben. Idealerweise an Lüftung Pollenfilter montieren lassen.
- Kontakt mit Pollen von Gräsern und Bäumen möglichst meiden. Erst abends oder nach einem kräftigen Regen lüften (spätestens 03.00 Uhr die Fenster schliessen, Pollenflug beginnt). Hohe Pollenkonzentration: auf dem Land am Morgen; in der Stadt am Abend. Meer: der wehende Wind ist so gut wie pollenfrei.
- Wäsche nicht im Freien trocknen, Kleidung nicht im Schlafraum ausziehen/lagern, vor dem Zubettgehen Haare waschen. Die Brille mehrmals täglich reinigen. Pollen «kleben» gerne an Textilien und Haaren.
- Nahrung: Frisches Obst durch blanchiertes und frische Kräuter durch getrocknete ersetzen. Übrigens: Nicht alle Sorten Äpfel oder Birnen lösen die gleiche Reaktion aus. Probieren Sie verschiedene Sorten aus oder verwenden Sie mehr frische Beeren. Honig am besten meiden.

Reisemedizinische Beratung bei Pollinose

Aufgrund der vermehrten Mobilität für Geschäfts- wie auch Ferienreisen ist

Pollenflugkalender in Südeuropa

Pflanzenart	Monat	Pflanzenart	Monat
Pinie	3–6	Zeder	10–11
Zypresse	1–4 + 10–12	Japanische Zeder	3–5
Beifuss	7–9	Platane	3–5
Ölbaum	5–7	Kastanie	6–8
Glaskraut	2–8 + 11–12	Eiche	3–6
Erle	1–2	Birke	3–5
Buche	3–5	Haselnuss	1–3
Gräser	4–10	Ambrosia	8–9

Die Zahlen stehen für die Monate Januar–Dezember.

sowohl der praktizierende Arzt wie auch der Pollenallergiker immer wieder mit Fragen der Pollenbelastung in anderen Regionen im In- oder Ausland konfrontiert. Allgemein fliegen in Höhenlagen die Pollen einige Wochen später als im Unterland. Noch verschiedener sind die Bedingungen in völlig anderen klimatischen Zonen oder mit den veränderten Jahreszeiten, die südlich des Äquators anzutreffen sind. Für Pollenallergiker mit schweren Symptomen lohnt sich eine entsprechende Vorinformation z. B. übers Internet (siehe Kästli). Es ist sicher sinnvoll, einen kleinen Grundstock an Medikamenten wie etwa Antihistaminika oder topisch einzusetzende Präparate ins Reisegepäck zu stecken.

■ Dr. med. Antonie Roll und

■ PD Dr. med. Peter Schmid-Grendelmeier, Allergiestation Dermatologische Klinik, Universitätsspital Zürich



Pollen weisen auf Herkunft antiker Schiffe hin

Die an den Küsten des Mittelmeeres gekenterten antiken Schiffe und ihre Ladungen bilden eine wichtige historische Informationsquelle. Bis anhin kaum nachvollziehbar sind die jeweiligen Heimathafen. Eine geographische Eingrenzung der Herkunft konnte bisher nur durch die Analyse der hölzernen Schiffsteile gemacht werden. In den Baumharzen, die für das Abdichten von Fugen verwendet wurden, fanden sich jüngst dank pollenanalytischen Untersuchungen erstmals weitere Indizien für die Heimathafen der Schiffswracks. Dem Paläobotaniker Serge D. Muller von der Universität Montpellier standen acht Proben von Schiffen zur Verfügung, die alle im «Golfe du Lion» in Küstennähe gesunken waren. Die wichtigsten zwei sind bei Baie-de-l'Amitié und bei Cap-Béar gekentert. Es zeigte sich, dass von der Fichte, deren Holz beim Bau des Cap-Béar-Schiffs verwendet wurde, im Fugenharz keine Pollen gefunden wurden. Beim Baie-de-l'Amitié-Schiff wurde hauptsächlich Eiche verwendet, doch ihre Pollen fanden sich im Harz nur selten. Muller vermutet, dass die Bauhölzer aus Wäldern herbeigeschafft wurden, die weit von der Werft entfernt lagen. Über die Herkunft der Schiffe geben sie wenig Auskunft. Wenn sich allerdings Pollen der verwendeten Baumart in grosser Menge im Fugenharz nachweisen lassen, könnte das Holz in der Nähe der Schiffswerft gewachsen sein. Beim Cap-Béar-Wrack ist das nur bei der Kiefer der Fall, die wie der Olivenbaum aber unter günstigen Bedingungen überall entlang der westeuropäischen Mittelmeerküste wächst. Die Pollen des Olivenbaums sind im Cap-Béar-Harz vermehrt vorhanden, dessen Holz wurde aber nicht verwendet. Der Heimathafen kann also geografisch noch immer nicht enger lokalisiert werden.

Beim Baie-de-l'Amitié-Schiff ist dies anders. Sowohl im Pollenspektrum seines Harzes wie auch als Bauholz ist die Platane gut vertreten (Vorkommen ursprünglich nur im östlichen Mittelmeerraum). Man nimmt deshalb an, dass der Heimathafen des Baie-de-l'Amitié-Schiffes östlich von Italien liegt. Ein weiterer Pollen bekräftigt diese Idee: Im Fugenharz fand sich ein Pollenkorn der im Ostmittelmeerraum heimischen Haplophyllum, einem Rautengewächs, das in Frankreich nicht vorkommt. Vielleicht kommt das Schiff aus Griechenland?!

Geneviève Lüscher

Quelle:

Journal of Archaeological Science 31, 343-349 (2004).

Dermatologie, Universitätsspital Zürich