

Ratgeber Zuger Presse vom 20. April 2011



Autor:

Prof. Dr. med. Peter Schmid

Leiter Allergiestation Dermatologische Klinik Universitätsspital Zürich

Konsiliararzt Zuger Kantonsspital

Heuschnupfen – Pollenallergien

Die Nase juckt und läuft, die Augen röten sich und tränen: die Pollensaison und damit auch der Heuschnupfen haben wieder begonnen. Niessattacken, Juckreiz im Gaumen oder gar Asthma gehören zu den weiteren Symptomen, die durch eine Überreaktion des Immunsystems entstehen. Rund 20% der Schweizer Bevölkerung leiden an einer solchen Allergie.

Pollenallergien werden meist durch windblütige Pflanzen wie Bäume, Gräser und Beifuss verursacht; aktuell werden besonders Birkenpollen in grossen Mengen freigesetzt (www.pollenundallergie.ch). Mitverantwortlich für die Zunahme von Allergien in den letzten Jahrzehnten sind möglicherweise Klimaerwärmung, Luftschadstoffe und übertriebene Hygiene.

Pollenallergien treten vor allem bei Schulkindern und Jugendlichen auf, können aber auch später noch beginnen. Störend können auch Kreuzallergien etwa auf rohes Stein- und Kernobst infolge von verwandten Eiweissstoffen in Pollen und Nahrungsmitteln sein. Der Arzt kann mit einem Allergietest die auslösenden Stoffe entweder mit einem Hauttest oder im Blut zuverlässig nachweisen.

Bei leichten Symptomen kann es helfen, Aktivitäten draussen bei sonnigem, windigem Wetter zu reduzieren. Zudem sollten am Abend die Haare gewaschen oder ausgebürstet werden, damit die Pollen nicht nachts am Kissen abgerieben und dann eingeatmet werden. Bei stärkeren Beschwerden helfen Medikamente wie Antihistaminika-Tabletten, entsprechende Augentropfen, Nasen- oder Asthasprays. Deren Wirkung ist am besten, wenn sie über einige Tage regelmässig eingenommen werden. Auch Akupunktur kann günstig wirken.

Bei mehrjährigen, starken Beschwerden kann eine Desensibilisierung („Allergieimpfung“) sinnvoll sein. Dabei werden Allergene in steigenden Mengen über mehrere Jahre unter die Haut gespritzt oder mittels täglichen Tropfen oder Lutschtabletten verabreicht. Neue Verfahren, die nur noch einige wenige Spritzen benötigen oder schützende Effekte von Parasiten nutzen, werden zurzeit intensiv untersucht. Die Zusammenstellung eines Extrakts kann heute aufgrund spezieller Bluttests sehr präzise erfolgen. Bei guter Auswahl kann bei rund 80% der Patienten eine deutliche Besserung des Heuschnupfens erzielt werden.