



Die Impfung gegen Heuschnupfen

Foto: www.picturedesk.com, Bangert

Die Saison beginnt immer früher, die Pollen werden aggressiver, die Zahl der Allergiker hat sich in den letzten Jahren mehr als verdoppelt. Was wirklich gegen das lästige Leiden hilft?

Von Sonja Jakobowics

Warme Temperaturen, Sonnenschein, Vogelgezwitscher, und überall sprießt es – willkommen, Frühling!

Für viele die schönste Jahreszeit, für fast zwei Millionen Österreicher jedoch eine Zeit des Leidens. Mit den ersten Blüten beginnt bei Pollenallergikern die Nase zu rinnen, die Augen zu tränen, der Kopf schmerzt und das Atmen fällt schwer. Betroffene kämpfen mit Hustenreiz und Atemnot, fühlen sich müde und abgekämpft. Die Pollen sind los, und die Gesundheit ist angeschlagen.

Heuschnupfen ist eine Überempfindlichkeit des Immunsystems auf Eiweiße verschiedener Pflanzenpollen. Die Allergieauslöser geraten über die Atemluft auf die Schleimhäute, das Immunsystem beginnt mit einer heftigen Reaktion, indem Histamin freigesetzt wird. Dieses erweitert die Blutgefäße, lässt das Gewebe anschwellen, verengt die Bronchien und führt zu entzündeten Schleimhäuten.

Doch Heuschnupfengeplagte müs-

sen sich in Zukunft auf eine längere Saison einstellen: Durch milde Temperaturen beginnt die Blütezeit früher und dauert länger, die Erholungszeit für Betroffene wird immer kürzer. Vor allem im städtischen Bereich können die Allergene der mittlerweile weit ver-

Die Zahl der Allergiker hat sich in den letzten 20 Jahren verdoppelt

breiteten Purpurerle schon ab Dezember allergische Reaktionen auslösen. Dazu kommt, dass aufgrund des warmen Winters – laut Zentralanstalt für Meteorologie und Geodynamik der zweitwärmste in knapp 250 Jahren – die Menge der Birkenpollen seit einigen Tagen mit extrem hohen Werten deutlich über dem Durchschnitt liegt!

Die Gräser blühen meist von Anfang Mai bis Mitte/Ende Juli. Wie stark die Gräserbelastung heuer aus-

fallen wird, ist noch nicht vorhersehbar, da die Intensität der Blüte von den Niederschlägen und Sonnenstunden im April bestimmt wird. Im Spätsommer blühen Beifuß und das besonders problematische Ragweed.

„In den letzten 20 Jahren hat sich die Anzahl der Pollenallergiker verdoppelt“, erklärt Dr. Christine Bangert, Dermatologin und Oberärztin der Allergieambulanz der MedUni Wien. Über die Gründe können Wissenschaftler nur spekulieren. „Vermutlich liegt es an den viel zu hohen Hy-

Ohne Therapie kann eine Allergie gefährlich werden

gienestandards, die unser Immunsystem unterfordern. Viele Kleinkinder kommen zu wenig mit Bakterien in Berührung, was die Sensibilisierung gegen eigentlich harmlose Umweltsubstanzen fördern kann“, so die Ärztin. Es ist längst bekannt, dass in Industrieländern mehr Menschen an Allergien leiden als in Entwicklungs-



Dr. Christine Bangert,
Dermatologin und
Oberärztin MedUni
Wien.

Bitte blättern Sie um ...

HEUSCHNUPFEN

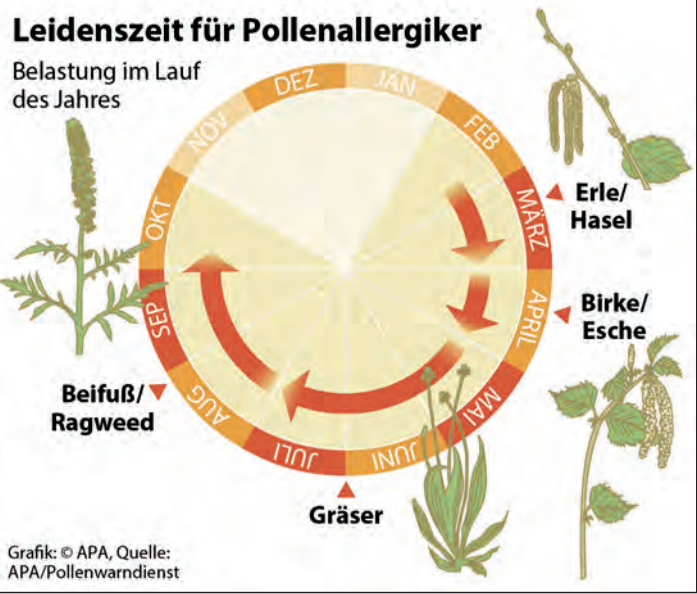
ländern und dass Kinder, die mit Tieren aufwachsen, weniger Allergien und Asthma entwickeln.

Bleibt die Allergie zu lange unbehandelt, können die Beschwerden von Augen und Nase auf die Lunge übergreifen und so ein allergisches Asthma entwickeln. Außerdem besteht für Pollenallergiker beim Verzehr bestimmter Nahrungsmittel, die dem Allergen ähnliche Eiweiße enthalten, die Gefahr einer Kreuzallergie. Das kann Juckreiz und Schwellungen der Mundschleimhaut auslösen. Pollen der Birke können Unverträglichkeiten mit Nüssen, Äpfeln, Pfirsichen, Kiwis,

Neuer Impfstoff mit weniger Nebenwirkungen erwartet

Mandeln, Tomaten und Karotten erzeugen. Gräserpollen können Kreuzreaktionen mit Erbsen, Bohnen, Linsen, Getreide und Erdnüssen bilden.

Eine rechtzeitige Behandlung verhindert daher, dass sich Folgeallergien



Grafik: © APA, Quelle: APA/Pollenwarndienst

und allergisches Asthma entwickeln.

In der Therapie setzen die Experten auf drei Säulen: Allergieauslöser vermeiden – was bei Pollen allerdings eher schwierig ist – Symptome medikamentös mit Antihistaminika oder Cortisonsprays lindern und schließlich die spezifische Immuntherapie.

Erster Bestandteil einer eingehenden Diagnose ist der Hauttest: Dabei werden geringe Mengen des Allergens auf die Haut getropft und leicht eingeritzt. Die allergische Reaktion zeigt sich in Form einer juckenden Quad-

delbildung. Ein weiterer Schritt ist die Blutuntersuchung: Durch die komponentenbasierte Diagnostik lässt sich gezielt feststellen, welche Eiweiß-Bestandteile für die Allergie verantwortlich sind. Schonend und äußerst treffsicher ist der Microchip-Test: Ein Blutstropfen aus dem Finger wird auf den Chip aufgebracht. Diese Tests zeigen sogar Antikörper, bevor sich Symptome bemerkbar machen. So lassen sich mit wenig Blut über 100 verschiedene Allergene austesten.

Tabletten, Tropfen und Sprays lin-

dern die Symptome, aber es gibt auch einen wirksamen Impfstoff gegen Heuschnupfen: Der ideale Zeitpunkt für eine Hyposensibilisierung ist jedoch schon im Dezember, gegen Gräserpollen im Februar. „Für später blühende Pollen (Beifuß und Ragweed) könnte man jedoch durchaus noch hyposensibilisieren“, so Dr. Bangert.

„Bei der allergenspezifischen Immuntherapie gibt es mittlerweile wirksame Produkte, die entweder subkutan (unter die Haut gespritzt) verabreicht oder sublingual (in Tablettenform) eingenommen werden. Es werden gereinigte Allergenextrakte gespritzt, die zunächst wöchentlich gesteigert und nach Erreichen der Erhaltungsdosis monatlich für drei Jahre verabreicht werden.“

Laut MedUni Wien soll in drei Jahren ein neuer Impfstoff mit weniger Nebenwirkungen

auf den Markt kommen. Dr. Christine Bangert: „Die derzeit auf dem Markt verfügbaren Impfstoffe enthalten in aller Regel das gesamte Gräserpollenextrakt – alle Allergene sind in der Mischung enthalten. Ist man allerdings nur gegen ein einziges Allergen der Gräser allergisch, kann man möglicherweise in Zukunft wesentlich gezielter gegen dieses Allergen eine Toleranz induzieren. Die Wirksamkeit wird derzeit in klinischen Studien geprüft.“ Sicher durch die Pollensaison kommen Sie mit folgenden Tipps (siehe Kasten): Kleidung nicht im Schlafzimmer wechseln, Pollengitter an den Fenstern befestigen, täglich Haare und Gesicht waschen und sportliche Anstrengungen im Freien unterlassen. Der Pollenwarndienst (www.pollenwarndienst.at) gibt Auskunft darüber, wann welche Allergene in der Luft liegen.



- WAS WIRKLICH HilFT**
- **TÄGLICH ABENDS HAARE UND GESICHT WASCHEN**
- **FUSSBÖDEN FEUCHT WISCHEN** und Teppichböden nur mit Spezial-Filter reinigen.
- **KEINEN SPORT IM FREIEN**
- **SAUBERES SCHLAFZIMMER** Kleidung nicht im Schlafzimmer wechseln. Pollenschutzgitter an den Fenstern anbringen und nur morgens oder abends lüften!
- **SPEZIFISCHE IMMUNTHERAPIE** Dem Körper werden regelmäßig Allergene zugeführt, um die bestehende Überempfindlichkeit zu normalisieren.
- **AKUPUNKTUR** Eine Studie der Berliner Charité (2013) hat ergeben, dass Akupunktur die Allergie lindern kann. Es sind jedoch mehrere Sitzungen nötig.
- **HOMÖOPATHIE** Soll den Körper zur Selbstheilung anregen. Die Wahl der Arznei hängt von den Symptomen ab.

Fotos: Fotolia, www.picturedesk.com

Angebote gültig bis 3.5.2016

FRESSNAPF

Was Tiere lieben

ALLES WAS KATZEN BRAUCHEN IN JEDER LEBENSPHASE

whiskas Katzen würden Whiskas® kaufen.

NEU whiskas Knusperfleisch mit Vitamine & Käse -18 % 1.29 statt 1.59*	Junior 2-12 Monate whiskas mit Kalb und Geflügel -10 % 0.53 statt 0.59*	1+ Jahre whiskas Vorratssack Fleisch Auswahl in Sauce -10 % 8.99 statt 9.99*	7+ Jahre whiskas Geflügel Auswahl in Sauce -13 % 4.69 statt 5.39*
Whiskas® Katzensnacks 60 g-Packung, versch. Sorten 100 g = 2.15	Whiskas® Katzennahrung 100 g-Schale, versch. Sorten 100 g = 0.53	Whiskas® Katzennahrung 24 x 100 g-Frischebeutel Multipack, versch. Sorten 1 kg = 3.75	Whiskas® Katzennahrung 12 x 100 g-Frischebeutel Multipack, versch. Sorten 1 kg = 3.91

* Satz- und Druckfehler, sowie Lieferengpässe vorbehalten. Nicht mit Rabattgutscheinen und anderen Aktionen kombinierbar. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Stattpreise sind ehemalige Fressnapf-Verkaufspreise. Ausgenommen Aktionsware. Solange der Vorrat reicht.

Zahnfleischbluten? Handeln Sie sofort!

Bekämpfen Sie die Ursache von Zahnfleischentzündungen. Machen Sie den Test – Wirkung garantiert*

Zahnfleischbluten ist ein Symptom von Zahnfleischentzündungen, die durch Bakterien verursacht werden. meridol® bekämpft die bakterielle Ursache von Zahnfleischentzündungen – nicht nur die Symptome – mit einem sofortigen und lang anhaltenden Effekt. Testen Sie selbst. Weitere Informationen zu den meridol® Testwochen unter www.meridol.at/testwochen

* Bekämpft klinisch nachgewiesen bakterielle Plaque.

meridol