

➔ WAS LEISTET DIE HYPOSENSIBILISIERUNG BEI POLLEN-ALLERGIE?

Die Hyposensibilisierung hilft:

- die Ausbildung einer Sensibilisierung gegen weitere Pollenarten zu verhindern
- die negative Entwicklung von allergischer Rhinitis zu allergischem Asthma zu stoppen
- den Verbrauch an symptomatisch wirkenden Medikamenten zu senken
- die Beschwerden zu reduzieren oder sogar zu beseitigen
- die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern

Die Hyposensibilisierung ist umso wirkungsvoller, wenn sie frühzeitig, kontinuierlich und bis zum Therapieabschluß durchgeführt wird. Dazu braucht Ihr Arzt auch Ihre Unterstützung.

Fragen Sie bitte Ihren Arzt nach einem ausführlichen Beratungsgespräch.

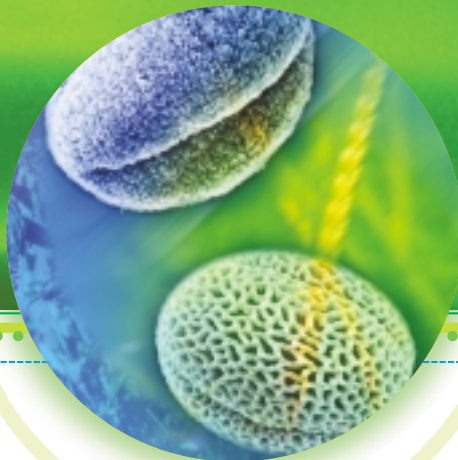


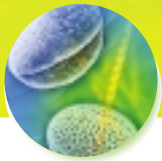
Stallergenes GmbH & Co. KG · Carl-Friedrich-Gauß-Str. 50 · 47475 Kamp-Lintfort · Tel.: 02842-90 400

1074-08/03

Pollenallergie

Eine Information für Patienten





Heuschnupfen

Als Heuschnupfen wird in der Umgangssprache eine allergische Reaktion gegen Baum- bzw. Gras-Pollen bezeichnet. Es handelt sich also eigentlich um einen allergischen Schnupfen bei einer Pollen-Allergie.

Der Allergische Schnupfen ist eine Reaktion des Körpers auf Blütenstaub, der mit Schleimhäuten der Atemwege und der Augen in Berührung kommt. Beim ersten Kontakt (sog. Sensibilisierung) erkennt das Immunsystem, von Menschen mit einer entsprechenden Veranlagung, die Pollen als Fremdkörper (sog. Allergene). Der Körper ist in Alarmbereitschaft. Beim nächsten Kontakt im Zuge einer starken Immunabwehr kann es zu allergischen Beschwerden kommen.

Der allergische Schnupfen wird in der Fachsprache als allergische Rhinitis bezeichnet. Sind dagegen Augen und Nase gleichzeitig betroffen, sprechen Ärzte von einer Rhinokonjunktivitis.

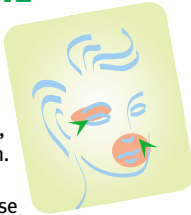
⊕ TYPISCHE BESCHWERDEN BEI EINER POLLEN-ALLERGIE

→ **Nase:**

Juckreiz, Niesreiz, tiefende bzw. verstopfte Nase.

→ **Augen:**

Tränen, Rötung, stechendes, kiesiges Gefühl in den Augen.



Die Beschwerden können im Freien oder zu Hause auftreten, während der entsprechenden Pollenflug-saison. Nicht selten werden sie mit einer Erkältung verwechselt.



→ **Andere Anzeichen für eine Pollenallergie sind z.B.:**

pfeifendes Atemgeräusch, Husten, Atemlosigkeit. Sie können auf ein beginnendes Asthma hinweisen und sollten nicht auf die leichte Schulter genommen werden! In dem Fall ist ein Arztbesuch ratsam.

Hyposensibilisierung

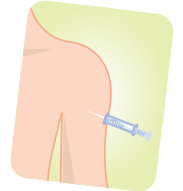
Die Hyposensibilisierung ist neben der Vermeidung von Allergenen die einzige kausale Therapie einer Allergie. Sie wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlen.

Bei der Methode der Hyposensibilisierung wird dem Körper eine bestimmte Dosis eines oder mehrerer Allergene verabreicht. Das Ziel dieser Therapie ist, dadurch das Immunsystem an die Auslöser der Allergie zu gewöhnen und die Abwehrreaktion des Körpers gegen die Pollen abzuschwächen.

Die Hyposensibilisierung wird in zwei Phasen unterteilt: eine Steigerungsphase mit kurzen Behandlungsintervallen und die sog. Erhaltungsphase (3 bis 5 Jahre) mit längeren Behandlungsintervallen. In der Steigerungsphase wird dem Patienten schrittweise eine zunehmend höhere Allergen-Dosis verabreicht, um den Körper an die Behandlung zu gewöhnen. Der Therapieverlauf wird vom Arzt individuell auf den Patienten abgestimmt.

Bei einer Hyposensibilisierung gibt es zwei Behandlungsmöglichkeiten

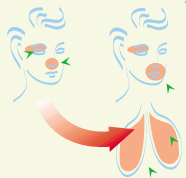
→ **Subkutan:** dabei werden die Allergene in einer Lösung vom Arzt unter die Haut gespritzt (findet in der Arztpraxis statt).



→ **Sublingual:** eine bestimmte Anzahl an Tropfen einer Allergen-Lösung wird morgens vor dem Essen unter die Zunge platziert und nach 1-2 Minuten abgeschluckt. (Eigenbehandlung zu Hause nach Anleitung durch den Arzt)

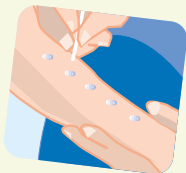


☉ KANN SICH DER GESUNDHEITSZUSTAND BEIM ALLERGISCHEN SCHNUPFEN VERSCHLECHTERN?



Ja! Asthma stellt die Hauptkomplikation bei allergischer Rhinitis dar. Bei 70% der Asthmapatienten stand eine allergische Rhinitis am Anfang der Erkrankung. 50% der Patienten, die unter einer allergischen Rhinitis leiden, haben gleichzeitig auch asthmatische Beschwerden.

Wenn Sie an Beschwerden leiden, die für den allergischen Schnupfen typisch sind, dürfen Sie dies zum Wohle Ihrer Gesundheit nicht ignorieren! Suchen Sie einen Arzt auf, der nach einer Untersuchung die notwendige Behandlung einleitet. Mit einem speziellen Hauttest kann er den Allergieauslöser in weniger als einer halben Stunde identifizieren. In einigen Fällen wird der Arzt eine Blutprobe nehmen, um die Diagnose mit einer anderen Methode zu überprüfen.



Linderung akuter Beschwerden

→ **Antihistaminika:** Blockieren die Aktivität des Hormons Histamin, das bei einer allergischen Reaktion vom Körper freigesetzt wird und die lästigen Symptome fördert.

→ **Lokal wirkende Kortisonpräparate:** Bekämpfen Entzündungen und sind als sehr wirkungsvoll anerkannt.

Diese medikamentöse Behandlung richtet sich nur gegen die akuten Symptome. Die allergische Reaktion wird dabei lediglich unterdrückt, aber nicht langfristig beseitigt. Deshalb müssen die Medikamente jedes Jahr während der Pollenflugperiode regelmäßig eingenommen werden.

☉ WELCHE POLLEN KÖNNEN ALLERGISCHEN SCHNUPFEN AUSLÖSEN?

Pollen sind eine Art „Pflanzen-Spermien“, die von den Blüten produziert werden. Blütenstaubkörner sind sehr klein (ungefähr 0,05 mm) und für das Auge einzeln unsichtbar.

Es gibt zwei Arten von Pollen:

Pollen, die in winzigen Mengen durch Insekten übertragen werden, sind für allergischen Schnupfen nicht verantwortlich. Als Auslöser von allergischen Schnupfen kommen Pollen in Frage, die in sehr großen Mengen durch den Wind verbreitet werden. Bereits eine Konzentration von 50 Blütenstaubkörnern pro m³ der Luft reicht aus, um eine allergische Reaktion hervorzurufen.



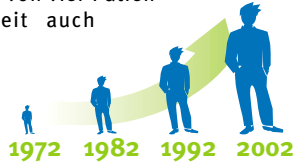
Folgende Pollen sind als Auslöser der allergischen Rhinitis bekannt:

| JANUAR BIS MAI | MAI BIS ENDE JULI | JULI BIS OKTOBER |
|----------------|------------------------------|------------------|
| BÄUME | GRÄSER & GETREIDE | KRÄUTER |
| Birke | Queckengras | Zwergambrosia |
| Erle | Wiesenschwingelgras | Beifuß |
| Hasel | Roggen | Wegerich |
| Walnuß | Lolch | Sauerampfer |
| Eiche | Knäuelgras | Löwenzahn |
| Buche | Wiesenlieschgras | Brennessel |
| Esche | Hafer | Glaskraut |
| Weide | Weizen | Margerite |
| Pappel | Mais | |
| Ulme | | |

☞ WIE HÄUFIG SIND POLLEN-ALLERGIEN?

Bei empfindlichen Menschen tritt allergischer Schnupfen jedes Jahr wieder auf, wenn die Pollen, gegen die man allergisch ist, durch die Luft verbreitet werden.

Die Verbreitung von Pollen-Allergien stellt zunehmend ein Problem für das Gesundheitssystem dar. In den letzten 30 Jahren wurden 4 mal mehr Fälle vom allergischen Schnupfen festgestellt. Einer von vier Patienten entwickelt mit der Zeit auch Asthmasymptome. Speziell in der Altersgruppe zwischen 8 bis 20 Jahre nimmt die Zahl der Erkrankungen zu.



☞ NEGATIVE BEGLEITERSCHENUNGEN BEI EINER POLLEN-ALLERGIE

- Schlafprobleme
- Ständige Müdigkeit
- Nachlassen der Konzentration
- Leistungsabfall beim Sport
- Verschlechterung des Geschmacks- und Geruchssinnes



Die Beschwerden bei allergischem Schnupfen können als sehr belastend empfunden werden und den Alltag von Betroffenen spürbar stören. Während der Prüfungszeit kann allergische Rhinitis für Jugendliche die Ursache von Konzentrationschwäche sein und zur Minderung der Leistung führen.

So können Sie Ihre Lebensqualität verbessern

Pollen können mit dem Wind Kilometer weit getragen werden. Besonders an trockenen, sonnigen Tagen wird eine hohe Pollenaktivität verzeichnet. Beim Regen oder an feuchten Tagen ist die Konzentration der Pollen in der Luft weitaus niedriger.

Das sollten Sie beachten

➔ Vermeiden Sie beim Aufenthalt im Freien die entsprechenden Allergenquellen, wie z.B. Wiesen, Getreidefelder oder Birken, speziell bei sonnigem und trockenem Wetter

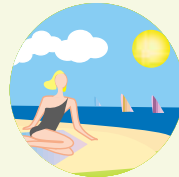


➔ Schließen Sie morgens zu Hause die Fenster – dies ist die Zeit mit einer hohen Pollenkonzentration in der Luft

➔ Schließen Sie die Fenster während der Autofahrt



➔ Mähen Sie Ihren Rasen nicht selbst



➔ Machen Sie Ihren Urlaub an der See bzw. im Hochgebirge, fernab von den Gebieten mit großer Pollenbelastung

➔ Haben Sie immer ein Auge auf den Pollenkalender und beachten Sie die Pollen-Vorhersagen in den Medien