

## Heuschnupfen - Achtung!

Allergie allgemein ist eine übermäßig verstärkte Immunreaktion des Körpers gegen ein bestimmtes Antigen (Pollen) nach einem Erstkontakt, der sogenannten Sensibilisierung. Bei Kontakt mit dem Antigen reagiert der Körper mit der Produktion großer Mengen der Antikörper Typ IgE. Diese führen durch ihre zu große Anzahl dazu, daß durch Reaktion mit sogenannten Mastzellen, aus diesen ein Stoff namens Histamin freigegeben wird. Dieses Histamin bewirkt, daß sich Adern weiten und durchlässiger für Wasser werden. Dadurch kommt es zu den bekannten schmerzhaften Rötungen und juckenden Quaddeln und an Schleimhäuten zur fortwährenden Schleimproduktion. Die Augen sind juckend rot, die Nase läuft.

Es gibt diverse Möglichkeiten, sich gegen diese unangenehmen Vorgänge zur Wehr zu setzen.

Die **Hyposensibilisierung** verspricht einen langandauernden Erfolg, insofern man das Allergen genau ermitteln kann. Dabei wird ein spezieller Impfstoff in steigenden Mengen in die Haut injiziert. Durch diese ständige Allergenzufuhr wird neben dem IgE Antikörper nun auch ein Antikörper Typ IgG produziert, der die Antigene schneller abfängt und die Mastzellen nicht beeinflusst. Somit wird kein Histamin frei.

Zusammen mit der Vermeidung des Allergenkontaktes, was bei Pollen recht schwierig ist, stellt Hyposensibilisierung die einzige Maßnahme dar, welche die Ursache der Beschwerden bekämpft.

**Antihistaminika** sind Stoffe die den Ort, an dem sonst das Histamin wirkt, besetzen, ohne die gleiche Wirkung zu haben. Die Beschwerden bleiben somit aus. Moderne Wirkstoffe dieser Klasse haben den Vorteil gegenüber Älteren, das sie nicht mehr so müde machen und die Leistungsfähigkeit auf der Arbeit oder am Steuer einschränken.

Antihistaminika sind meist als Tabletten erhältlich und müssen über mehrere Tage hinweg eingenommen werden. Da allergische Reaktionen nachts am ausgeprägtesten sind, ist die abendliche Einnahme sinnvoll.

**Nasen- und Augentropfen** für die lokale Anwendung enthalten meist Cromoglycinsäure oder Nedocromil. Diese Stoffe verlangsamen oder stoppen zum Teil die Histaminfreisetzung aus den Mastzellen. Für eine sofortige Linderung sind die Nasentropfen in manchen Präparaten mit schleimhautabschwellenden Stoffen kombiniert.

**Calcium** wird vorbeugend eingenommen. Es kann den Ausbruch des Heuschnupfens allerdings nicht verhindern. Calcium stabilisiert aber die Mastzellen etwas und somit wird die Toleranz des Körpers gegen das Allergen erhöht.

Für Personen mit Heuschnupfen ist es empfehlenswert, sich rechtzeitig mit Antiallergika zu versorgen. Denn je schneller die Mittel zugeführt werden können, desto geringer ist das Ausmaß der Beschwerden. Ebenso ist ein **Pollenflugkalender** ratsam, von dem Sie erfahren können, wann die für Sie wichtigen Pollen unterwegs sind. Fragen Sie uns danach. Unter anderem bieten Ihnen unsere Internet-Pollenfluginformationen als Service.

Bitte fragen Sie uns. Wir helfen und beraten Sie gerne.