FRÜHBLÜHERPOLLENALLERGIE

Welche Symptome treten bei Pollenallergikern auf?

Typische Beschwerden einer Allergie auf Pollen frühblühender Sträucher oder Bäume sind:

an den Augen:
- Augentränen
- Augenjuckreiz/-brennen
- Lidschwellungen

an der Nase:
- Juckreiz
- Niesanfälle
- laufende und/oder verstopfte Nase
- borkig belegte Nasenschleimhäute

in Hals/Rachen/Lunge:
- kratzendes Gefühl im Rachen
- Husten
- Heiserkeit

in schweren Fällen bzw. bei entsprechender Veranlagung:
- Atemnotanfälle
- erschwerte Atmung
- pfeifende Atemgeräusche
- nächtlicher Husten

Je nachdem, wie stark eine Allergie ist, zeigen sich die Symptome unterschiedlich ausgeprägt.

Welche Pollen lösen eine Allergie aus?

Um Allergiesymptome auszulösen, müssen sich die Pollen in der Luft befinden. Es handelt sich daher meist um Pollen von windbestäubten Pflanzen (Bäume oder Sträucher wie z.B. Birke, Erle oder Hasel). Sie müssen sehr verbreitet sein und häufig vorkommen.

Wie entsteht die Allergie?

Eine Allergie ist eine Überreaktion des Immunsystems. Die eigentlich harmlosen Birkenpollen z.B. werden vom überempfindlichen (allergischen) Immunsystem als schädliche Erreger eingestuft. Der Organismus bildet daraufhin spezielle Antikörper (IgE) gegen die Pollen (Sensibilisierung), um beim nächsten Kontakt mit dem Allergen „geschützt" zu sein. Kommt später der so sensibilisierte Mensch erneut mit Birkenpollen in Kontakt, vermitteln die Antikörper Signale, die paradoxerweise Krankheitsbeschwerden auslösen, besonders an den Schleimhäuten, die direkten Kontakt mit den Pollen haben.

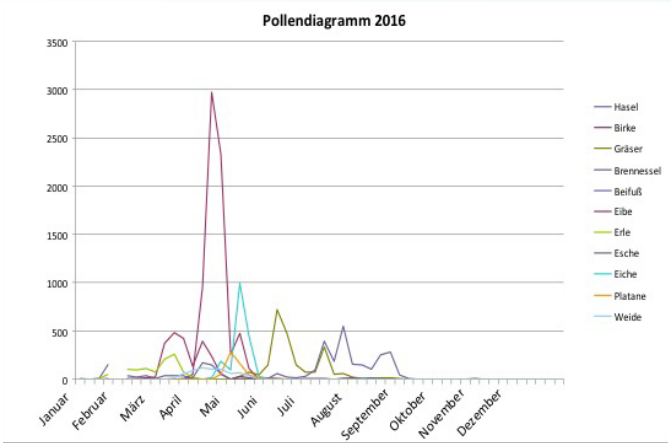
Kann man Pollenallergene meiden?

Frühblüherpollen kann man während der Blütezeit im Alltag nur schwer meiden. Daher ist es wichtig, dass Sie als Allergiker wissen, wann die für Sie wichtigen Pollen am stärksten fliegen (siehe Vorhersage des Deutschen Polleninformationsdienstes). Ihr Schlafzimmer sollte möglichst pollenarm gehalten werden. Es ist sinnvoll, pollenbehaftete Kleidung nicht im Schlafzimmer auszuziehen. Abends sollte vor dem Schlafen geduscht und die Haare ausgewaschen werden. Zu empfehlen sind Pollenfilter im Staubsauger und der Lüftungsanlage Ihres Autos.

AeDA Ärzteverband Deutscher Allergologen e.V.

Ärzteverband Deutscher Allergologen e.V.
AeDA-Geschäftsstelle
Blumenstraße 14 · 63303 Dreieich
www.aeda.de · info@aeda.de

Fotos: istockphoto.com
©Ärzteverband Deutscher Allergologen e.V (AeDA)



Bilderquellen: Pollenfalle Leverkusen, Wikipedia open source, Mülleneisen

Urlaub in anderen Regionen während der Pollensaison kann ebenso nützlich sein. Rauchen reizt die Schleimhäute durch eine anhaltende Entzündung und macht sie so empfindlicher für die Pollenallergie. Geben Sie also das Rauchen auf!

Symptomatische Therapie mit Medikamenten

Zur schnell wirksamen Behandlung eines Heuschnupfens ist die Anwendung eines lokal wirksamen antiallergischen und antientzündlichen Nasensprays (Kortikoid-Spray) - oder noch wirksamer die Kombination eines Sprays aus Kortikoid und Antihistaminikum - gut geeignet. Die Behandlung kann gegebenenfalls durch Antihistaminika-Tabletten oder -Augentropfen ergänzt werden. Antihistaminika-Tabletten können jedoch müde machen, insbesondere bei höheren Dosen, was u.a. Autofahrer berücksichtigen müssen.

Kreuzallergie

Bei einer Kreuzallergie reagiert der Körper auch auf Substanzen, die den Allergenen der Pollen sehr ähnlich sind. Diese Kreuzallergien sind bei Frühblüherallergien vor allem auf Nahrungsmittel bekannt, wie beispielsweise:

- Kernobst und Steinobst (Apfel, Birne, Kirsche, Pfirsich, Nektarine, Aprikose)
- Kiwi
- Sellerie
- Haselnüsse, Mandeln, Walnüsse
- Soja, Erdnuss
- Erdbeeren
- Karotten

Sprechen Sie unbedingt Ihren Allergologen an, wenn Sie Juckreiz im Mund, Schwellungen im Mund/Gesicht, Schnupfen, Luftnot oder Magen-Darmbeschwerden nach Nahrungsmitteln bekommen.

Allergenspezifische Immuntherapie (Hyposensibilisierung)

Die einzige ursächliche Therapie mit wissenschaftlich belegter Wirksamkeit ist die spezifische Immuntherapie mit Allergenen (Hyposensibilisierung). Hierbei wird ein Allergenextrakt mit Birken- oder Frühblüherpollen am Oberarm unter die Haut gespritzt (subkutane Therapie) oder täglich als Tropfen oder Tablette unter die Zunge gegeben (sublinguale Therapie).
Zu Beginn wird zunächst eine geringe Menge des Allergenextraktes verabreicht. In der Folge wird die Allergenmenge bis zu einer bestimmten Höchstdosis (Erhaltungsdosis) gesteigert. Diese wird über einen längeren Zeitraum, teilweise drei bis fünf Jahre verabreicht, bei der subkutanen Therapie meist einmal im Monat. Auf diese Weise entwickelt das Immunsystem eine Toleranz gegenüber den Allergenen der Pollen, sodass schließlich auch auf natürlichem Weg deutlich geringere, im Idealfall gar keine allergischen Beschwerden mehr auftreten.
Die Therapie verlangt ein hohes Maß an Mitarbeit und Zuverlässigeit auch von Ihnen als Patient sowie eine allergologische Spezialqualifikation des durchführenden Arztes. Bei beiden Behandlungsformen (subkutan und sublingual) können Nebenwirkungen auftreten. Bei der Immuntherapie mit Spritzen kann es zu Schwellungen an der Injektionsstelle kommen, die einige Stunden bestehen bleiben. Selten bilden sich dort kleine Knötchen im Unterhautfettgewebe. Sie sind im Allgemeinen harmlos und lösen sich mit der Zeit wieder auf. Gelegentlich kann es zu Abgeschlagenheit und Müdigkeit nach der Behandlung kommen. Sehr selten werden schwerere allergische Beschwerden nach der Spritze beobachtet wie Schnupfen, Nesselsucht, Atemnot oder ein allergischer Schock. Um solche Symptome sofort behandeln zu können, wird jede/r Patient/in nach der subkutanen Hyposensibilisierung eine halbe Stunde in der Arztpraxis beobachtet. Bei der sublingualen Hyposensibilisierung wird die Therapie eigenverantwortlich zu Hause durchgeführt. Dies erfordert eine sehr große Zuverlässigkeit des Patienten. Tropfen oder Tablette sollten jeden Tag ungefähr zur selben Zeit zwei bis drei Minuten unter der Zunge behalten werden, sodass die Immunzellen der Mundschleimhaut sich mit dem Allergen auseinandersetzen können. Insbesondere im ersten Monat der Behandlung treten bei vielen Patienten an der Mundschleimhaut Juckreiz oder Brennen auf. Dies verschwindet aber im Allgemeinen in der Folgezeit.

AeDA Ärzteverband Deutscher Allergologen e.V.

Ärzteverband Deutscher Allergologen e.V.
AeDA-Geschäftsstelle
Blumenstraße 14 · 63303 Dreieich
www.aeda.de · info@aeda.de

Fotos: istockphoto.com
©Ärzteverband Deutscher Allergologen e.V (AeDA)