



Pollenflug Wirksamer Schutz gegen Heuschnupfen

Dr. med. Wilfried Seidelmann,
Wasserburger Str. 1,
85614 Kirchseeon

Triefende Nase, tränende Augen, Kratzen im Hals, quälender Hustenreiz und Hautjucken, jeder Vierte in Deutschland fürchtet die Blütenpracht im Frühling. Der Pollenflug kommt jetzt explosionsartig.

Was ist Heuschnupfen?

Der Begriff kommt vom englischen „Hay fever“, dem Erkrankten wird abwechselnd heiß und kalt. Heuschnupfe gehört zu den allergischen Erkrankungen, verursacht durch eine Überempfindlichkeit unseres Immunsystems gegen das Eiweiß der Blütenpollen. Kommt es mit den Schleimhäuten in Rachen und Augen in Berührung, wird lokal als überschießende Immunantwort vermehrt Histamin freigesetzt, das für oben beschriebene Krankheitssymptome verantwortlich ist. Meistens liegt das Erkrankungsalter in den ersten 14 Lebensjahren, kann sich aber in Einzelfällen auch noch im Alter von über 50 Jahren manifestieren.

Sind sechzehn Prozent der Jugendlichen im Alter von 15-19 Jahren an Heuschnupfen erkrankt, so sind es nur noch vier Prozent der über 60-jährigen, da sich wohl diese Allergie im Laufe eines Lebens verliert.

Wie kann ich mich davor schützen?

Eine Vermeidung des Pollenflugs, indem ich z. B. das Haus nur noch bei windarmen und regnerischem Wetter verlasse, sowie mich vornehmlich in der Betonwüste von Großstädten aufhalte, ist kein wirksamer Schutz.

Jedoch für die Desensibilisierung als kausale Therapie ist es jetzt schon zu spät. Die akuten Beschwerden können jetzt nur noch mit Antihistaminika, lokal als Augen- und Nasentropfen, bei starken Beschwerden kombiniert mit Kortison bekämpft werden. Hier sind die Wirkstoffmengen so gering, dass keine systemischen Nebenwirkungen zu erwarten sind. Können mit dieser lokalen Therapie die Krankheitssymptome nicht mehr unterdrückt werden, muss ein Antihistaminikum in Tablettenform eingenommen werden.

Die regelmäßige Einnahme für 2-3 Wochen während des Pollenflugs z.B. 1x1 Tbl. abends wirkt besser als nur bei Bedarf, d.h. wenn die Nase schon total verstopft ist. Jedoch tritt besonders bei den älteren Antihistaminikapräparaten häufig Müdigkeit als Nebenwirkung auf, deshalb wird die Einnahme am Abend empfohlen. Auch sollten die Serumleberwerte nach einer kontinuierlichen Einnahme von 3-4 Wochen kontrolliert werden.

Gibt es eine kausale Therapie?

Ja, die Desensibilisierung. Aber nicht jetzt, sondern in den Wintermonaten, wenn das Immunsystem nicht von den Pollen attackiert wird, nach genauer Testung durch den Hausarzt oder Allergologen mit einem PRICK-Test:

Auf der Innenseite der Unterarme oder auf dem Rücken werden mehrere Substanzen von Polleneiweiß aufgetragen und mit einer Nadel in die Haut eingeritzt. Nach Differenzierung der allergieauslösenden Substanz, durch die Größe der Hautreizung, werden kleinste Mengen davon in aufsteigender Dosis einmal wöchentlich unter Aufsicht des Hausarztes unter die Haut gespritzt. Danach muss der Herz-Kreislauf des Patienten noch etwa eine halbe Stunde in der Praxis überwacht werden. So gewöhnt sich der Körper langsam an das fremde Eiweiß und bekämpft dieses nicht mehr überschießend mit einer Histaminausschüttung. Seit einigen Jahren ist auch eine Desensibilisierung zu Hause mit Tabletten bzw. Tropfen möglich, jedoch nicht mit so großem Erfolg als durch die Injektionen unter die Haut.

Wie nachhaltig ist eine solche langwierige Therapie?

Meist muss die Desensibilisierung mit den Injektionen in bis zu zwei aufeinanderfolgenden Jahren im Winter wiederholt werden. Dreiviertel der Heuschnupfen-Patienten profitieren von dieser Therapie, insbesondere dann, wenn die Allergie noch nicht lange besteht bzw. die Patienten noch im jugendlichen Alter sind. Wenn die Symptome auch nicht immer ganz verschwinden, besonders bei älteren Patienten, so kann doch eine Linderung der Beschwerden erreicht werden.

In biotechnologischen Labors können jetzt die allergieauslösenden Substanzen noch individueller für jeden Patienten hergestellt werden, um die Erfolgsquoten für die Desensibilisierung weiter zu erhöhen. Fragen Sie Ihren Hausarzt über diese besondere Form der Immuntherapie.

Ich wünsche Ihnen einen schönen Mai ohne verstopfte Nase und tränende Augen.

*Ihr Dr. Wilfried Seidelmann
Fachärztlicher Internist*