

Pollenallergie

Eine Pollenallergie ist eine weitverbreitete Allergieform bei Kindern und Erwachsenen. Die Schleimhäute von Nase und Auge reagieren empfindlich auf Pollen von Bäumen wie Hasel oder Birke, gegen Gräser oder manchmal Kräuter wie Beifuß. Die Schleimhäute produzieren bei Pollenkontakt vermehrt Sekret, röten sich und jucken. Meist kommt noch Niesreiz oder verstopfte Nase hinzu. Oft breitet sich die Allergie im Laufe der Zeit auf die gesamten Atemwege aus, es kommt zusätzlich zu Pollenasthma.

Ein Verdacht auf Pollenallergie sollte immer von einem allergologisch erfahrenen Arzt bestätigt werden. Dies kann der Hausarzt, ein HNO-Arzt, ein Dermatologe oder ein Kinderarzt sein.

Tests zur Abklärung der Art der Allergie

- Hauttests mit verschiedenen Allergenen
- Ggf. Bluttests
- Ggf. „Provokationstests“, bei denen das verdächtige Pollenallergen dosiert in die Nase gegeben wird

Therapieschritt 1: Meiden von Pollenkontakt

- Durch Pollenflugkalender und Pollenwarndienste auf Pollenflug vorbereiten, Übersichten und aktuelle Warnungen, z. B. im Internet bei Wetterdiensten oder unter dem Stichwort „Pollenwarndienst“
- Bei Pollenflug körperliche Aktivität im Freien, Wald- oder Wiesen Spaziergänge vermeiden
- Wohnraum über Nacht lüften, Pollenfanggitter an Fenstern anbringen
- Kleidung, Haare und feltragende Haustiere abends durch Bürsten, Absaugen oder Waschen von Pollen befreien – am besten im Badezimmer
- Pollenfilter ins Auto
- Urlaub in pollenfreien Gebieten (z. B. Meer, Gebirge)

Informieren Sie sich!

Wir werden Sie künftig in jedem Heft checklistenartig über ein aktuelles Gesundheitsthema informieren.

Alle Checklisten finden Sie direkt nach Erscheinen auch im Internet zum Herunterladen und Ausdrucken unter

www.wissen-und-gesundheit.de

Foto: Klosterfrau Bilderservice



Therapieschritt 2: Medikamente gegen die Symptome

- Bei leichten, kurz dauernden Symptomen frei verkäufliche Medikamente aus der Apotheke, entweder Tabletten zum Einnehmen oder Spray/Tropfen zur örtlichen Anwendung an Nase und/oder Augen
- Bei stärkeren Beschwerden und Beteiligung auch der Bronchien helfen verschreibungspflichtige Medikamente (kortisonähnliche Substanzen)

Therapieschritt 3: Hyposensibilisierung

- Bei länger dauernden und stärkeren Symptomen. Die Behandlung wird beim Allergologen durchgeführt und behandelt die Allergie-Ursachen.
- Entweder Behandlung mit Spritzen (alle vier Wochen beim Arzt) oder Tropfen/Tabletten zur täglichen Einnahme zu Hause
- Gesamttherapiedauer meist drei Jahre
- Behandlungsziele: Symptome bessern oder beseitigen, weniger Medikamente gegen die Symptome nötig, Beschwerdelinderung noch nach Ende der Behandlung, Vermeiden von Krankheitsverschlechterung (Sensibilisierung gegen weitere Allergene, Entwicklung eines Asthmas)

Weitere Informationen

- **Deutscher Allergie- und Asthmabund. e.V. (DAAB),**
www.daab.de
- **Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst (PID),**
www.pollenstiftung.de