



Heuschnupfen – Das Wichtigste in Kürze

Heuschnupfen oder allergische Rhinitis durch Pollen ist die häufigste allergische Erkrankung. In Deutschland sind 16,5 Prozent aller Frauen und 13 Prozent aller Männer davon betroffen. Landläufig sind damit Symptome gemeint, mit denen viele Menschen von Frühjahr bis Herbst auf umherfliegende Pollen reagieren. Heuschnupfen gehört zum Allergietyp I, dem Soforttyp. Das bedeutet, die Reaktion tritt wenige Minuten nach Kontakt mit den Pollen auf.

Beschwerden

- > Niesreiz und Niesanfälle, Fließschnupfen
- > Juckreiz in Nase und Augen
- > Kribbeln im Rachen und Husten, Atemnot
- > allgemeines Krankheitsgefühl
- > Kopfschmerzen, Müdigkeit und Schlafstörungen

Auslöser

- > Baumpollen, z. B. Hasel, Erle und Birke
- > Gräser- und Getreidepollen, z. B. Roggen
- > Kräuterpollen, z. B. Beifuß oder Traubenkraut (Ambrosia)

Risikofaktoren

- > genetische Vorbelastung
- > Luftschadstoffe, Rauchen

Wenn beide Eltern eine Allergie haben, liegt die Wahrscheinlichkeit bei 50 bis 70 Prozent, dass ihr Kind ebenfalls erkrankt.

Diagnose

- > sorgfältige Erhebung der Krankengeschichte (Anamnese) durch die Ärztin/den Arzt; ggf. Allergietagebuch führen

Gefördert durch:



Bundesministerium
für Gesundheit

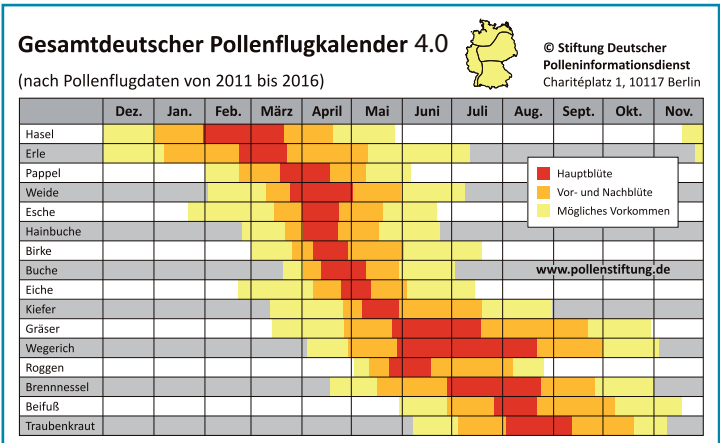
- > Hauttest (zumeist Pricktest)
- > zur Absicherung ggf. Bluttest (allergenspezifische IgE-Antikörper)
- > ggf. Provokationstest in der Nase
- > bei Augenbeteiligung eventuell konjunkivaler Provokationstest

Therapie

- > Allergenkontakt meiden oder zumindest ihren Einfluss verringern
- > Antihistaminika unterdrücken die allergische Reaktion
- > Nasentropfen zum Abschwellen der Schleimhäute
- > kortisonhaltige Präparate stoppen die Entzündungsreaktion
- > Leukotrien-Rezeptor-Antagonisten (Montelukast), wenn Asthma-symptome hinzukommen
- > spezifische Immuntherapie (drei bis vier Monate vor Beginn der Pollensaison) zur Gewöhnung an das Allergen

Vorbeugung

- > persönliche Pollenflug- und Symptomvorhersage in einer App nutzen (z. B. Pollen App 5.0 oder App Husteblume)
- > das Aufwachsen auf einem Bauernhof scheint eine vorbeugende Wirkung gegenüber Allergien zu haben.



Quelle: Bachert, C., et al.: Allergische Rhinitis. Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Allergologie und klinische Immunologie. In: Allergo J 2003; 12: 182-194

Wissenschaftliche Beratung: Prof. Dr. Karl-Christian Bergmann (Berlin)