

Pollenallergien – Das Wichtigste in Kürze

Definition:

Eine Allergie ist eine Überreaktion des Immunsystems auf eigentlich harmlose Stoffe (Allergene) aus der Umgebung. Bei einer Pollenallergie (Heuschnupfen, Pollinosis) reagiert man allergisch auf den Blütenstaub von Pflanzen (Pollen).

Allergieform:

Man unterscheidet vier verschiedene Allergieformen. Die Pollenallergie zählt zum sog. **Soforttyp (Allergie vom Typ I)**, der häufigsten Form. Das Immunsystem bildet nach Allergenkontakt verstärkt den Eiweißstoff IgE, der die allergische Reaktion sofort auslöst.

Beschwerden:

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

Auslöser:

- Baum- und Sträucherpollen, z. B. Birke und Erle
- Gräser- und Getreidepollen, z. B. Roggen
- Kräuter, z. B. Beifuß, Wegerich oder Traubenkraut (Ambrosia)

Risikofaktoren:

- genetische Vorbelastung
- Luftschadstoffe

Diagnose:

- **Hauttests**, z. B. Pricktest: Pollenextrakte werden auf die Haut aufgebracht und die Stelle angeritzt; Hautrötungen weisen auf eine allergische Reaktion hin
- **RAST-Test** (Radio-Allergo-Sorbent-Test): gezielte Untersuchung des Bluts auf Antikörper gegen einzelne Pollen (spezifisches IgE)
- **Provokationstest**: Die verdächtigen Pollen werden z. B. auf die Nasenschleimhaut aufgebracht, um Symptome zu provozieren.

(Fortsetzung auf der Rückseite)

Quelle: Lungenärzte im Netz: www.lungenaerzte-im-netz.de

Mehr Informationen zu Allergien: www.lungeninformationsdienst.de/krankheiten/allergien

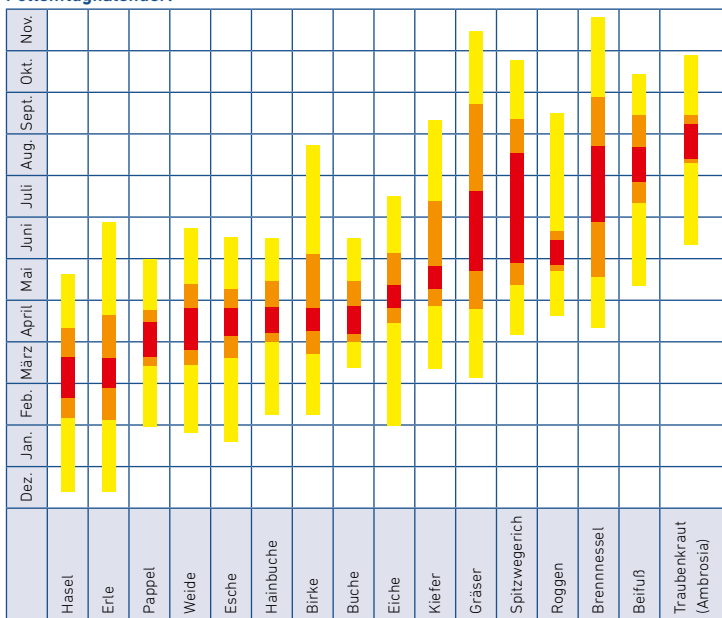
Therapie:

Medikamentöse Therapie	Weitere Maßnahmen
Antihistaminika: unterdrücken die allergische Reaktion	spezifische Immuntherapie oder Hypo-sensibilisierung: langsame Gewöhnung des Körpers an das Allergen
kortisonhaltige Präparate: stoppen die Entzündungsreaktion	Allergenkarenz: den Auslöser, sobald er identifiziert ist, möglichst meiden

Vorbeugung:

- am Tag die Fenster geschlossen halten, am besten morgens oder abends lüften, wenn weniger Pollen fliegen
- im Kindesalter: frühzeitige unspezifische Immunstimulation (u. a. Aufwachsen auf einem Bauernhof, Besuch einer Kindertagesstätte)

Pollenflugkalender:



Quelle: Stiftung Deutscher Polleninformationsdienst

■ Auftreten
 ■ mäßiges Auftreten
 ■ starkes Auftreten

Quelle: Lungenärzte im Netz: www.lungenaerzte-im-netz.de

Mehr Informationen zu Allergien: www.lungeninformationsdienst.de/krankheiten/allergien