

ÄRZTE & ZEITUNG

PATIENTEN-INFORMATION

Aktiv gegen Heuschnupfen!

Sehr geehrter Patientin, sehr geehrter Patient,

Niesen, laufende Nase, tränende Augen und Juckreiz in Nase und Augen – etwa jeder fünfte Bundesbürger erkrankt im Laufe seines Lebens an einer allergischen Rhinitis. Meist wird sie durch Pollen („Heuschnupfen“) oder Hausstaubmilben ausgelöst. Es gibt viele Maßnahmen, um die Beschwerden zu lindern.

Vermeiden von Allergenkontakt

Die einfachste und wirksamste Maßnahme bei allergischer Rhinitis ist die Vermeidung von Allergenkontakt. Das ist oft schwierig. Allerdings lassen sich die Beschwerden bei einer Hausstaubmilbenallergie durch Verwendung von Schutzbezügen für Matratzen, Kissen und Bettdecken mindern. Bei der Pollenallergie hat es sich bewährt, Pollenschutzgitter am Fenster anzubringen und im Freien getragene Kleidungsstücke nicht im Schlafzimmer auszuziehen. Auch tägliches Haarewaschen vor dem Zubettgehen nützt sowie Urlaube in allergiefreien Regionen.

Medikamentöse Behandlung

Die wirksamsten Medikamente gegen allergische Rhinitis sind

Antihistaminika sowie Kortisonnasensprays. Antihistaminika hemmen die Aktivität eines Botenstoffes, der die beschwerdenauslösenden Reaktionen in Gang setzt. Es gibt mittlerweile neuere Substanzen, die im Gegensatz zu den älteren kaum Müdigkeit auslösen. Sie reduzieren die allergischen Beschwerden an Nase

sind bei Kortisonnasensprays deutlich geringer.

Hyposensibilisierung

Wenn die Behandlung mit Antihistaminika oder Kortikonsprays von Jahr zu Jahr intensiviert werden muss, ist eine spezifische Immuntherapie („Hyposensibilisierung“) sinnvoll.

Hier werden Präparate, die die relevanten Allergene enthalten, in aufsteigender Dosierung verabreicht, um eine anhaltende Toleranz zu erzielen. Die Beschwerden lassen sich so um min-

Beschwerden in Nase und Augen werden gelindert

destens 30 Prozent verringern. Die klassische Immuntherapie, bei der die Allergene in den Oberarm unter die Haut gespritzt werden, sollte außerhalb der Blütezeit starten. Hyposensibilisierung ist auch mit Tropfen möglich, die unter die Zunge geträufelt werden oder mit Tabletten, die unter die Zunge gelegt und mit Verzögerung geschluckt werden. Es gibt außerdem Präparate zur Kurzzeittherapie und Präparate, mit denen auch noch kurz vor Beginn der Pollensaison gestartet werden kann.

und Augen. Kortisonsprays lindern die Symptome an der Nase stärker als Antihistaminika und halten die mit der Krankheit einhergehende Entzündung in Schach. Sie können außerdem die Ausbreitung der Entzündung in die Nasennebenhöhlen verhindern. Kortisonsprays sind Antihistaminika unterlegen, was die Linderung der Augensymptome betrifft. Daher kann es sinnvoll sein, beide Medikamente gleichzeitig anzuwenden. Übrigens: Die von Kortisontabletten bekannten Nebenwirkungen

 Springer Medizin

Überreicht
von



**Internistische
Gesundheitspraxis**

Hochstr. 2c, 64385 Reichelsheim
Tel.: 06164 - 32 56 Fax: - 55 272