

Allergie

02



Allergie

Überempfindlichkeit des Immunsystems

Die globale Erwärmung bleibt nicht ohne Folgen: Allergiker spüren dies schmerzlich. Um durchschnittlich zehn bis elf Tage hat die Dauer der Pollensaison in den letzten 30 Jahren zugenommen – und sich damit die Leidenszeit der Betroffenen verlängert. Ursache: Wegen der milden Temperaturen in Winter und Frühjahr blühen viele Pflanzen eher.

Doch auch die wärmeren Sommer sorgen für eine höhere Belastung durch Pollen. Eingeschleppte Pflanzen mit stark allergenen Pollen verschlimmern die Situation noch: Ambrosia beispielsweise, ein Unkraut, das bisher nur in Nordamerika gedieh, fühlt sich durch die steigenden Temperaturen zunehmend auch in Deutschland heimisch. Eine beschwerdefreie Zeit wird für viele Allergiker zum Wunschtraum. Umso wichtiger ist es, eine aufkeimende Allergie frühzeitig zu erkennen. Nur so lässt sich vermeiden, dass die Betroffenen in einen Krankheitsstrudel geraten, aus dem zu entkommen, immer schwieriger wird.

Nicht nur Pollen lösen Allergien aus. Grundsätzlich kann jeder Stoff in unserer Umwelt eine Allergie verursachen. Bei etwa 20.000 Substanzen ist nach zurückhaltenden Schätzungen eine Allergie auslösende Wirkung bekannt. Für 98 Prozent aller Erkrankungen sind jedoch die 20 häufigsten Allergieauslöser verantwortlich. Nach Angaben des

Die häufigsten Allergien: 20 Prozent Heuschnupfen, 12 Prozent Hausstaub, 13 Prozent Parfüm oder Kosmetika



Folge der Klimaerwärmung: Die stark allergieauslösende Pflanze Ambrosia verlängert die Pollensaison.



Der Auslöser einer Pollenallergie lässt sich durch einen Blut- oder Hauttest ermitteln.

Bundesgesundheitsministeriums und des Robert-Koch-Instituts klagt derzeit etwa jeder dritte Deutsche über Allergien. Etwa 20 Prozent der erwachsenen Bundesbürger leiden unter Heuschnupfen, rund 12 Prozent haben eine Hausstaubmilbenallergie und fast 13 Prozent reagieren auf Parfüm oder Kosmetika allergisch.

Was ist eine Allergie?

Als Allergie bezeichnet man eine krank machende Empfindlichkeit gegenüber verschiedensten, normalerweise harmlosen Substanzen. Das Immunsystem reagiert gewissermaßen mit gesteigerter Aufmerksamkeit auf alltägliche Reize von außen, die sich beispielsweise als Heuschnupfen, Asthma, Neurodermitis oder Nahrungsmittelallergie zeigen können. Diese starke Empfindsamkeit des körpereigenen Schutzsystems ist zumeist erblich und kann durch äußere Einflüsse ausgelöst werden. Allergien treten meist an Organen auf, die in direktem Kontakt mit der Umwelt stehen, etwa an den Atemwegen oder der Haut. Man unterscheidet Inhalationsallergien, bei der die Allergene eingeatmet werden, Kontaktallergien und Nahrungsmittelallergien.

In den meisten Fällen werden die Reaktionen durch natürliche Stoffe ausgelöst. Es ist jedoch bekannt, dass Umweltgifte – z. B. der Kohlendioxid-Ausstoß im Autoverkehr – die Wirkung der



Allergien auslösenden Stoffe (Allergene) deutlich verstärken. Heute hat sich der Heuschnupfen – früher eher eine Seltenheit – zur Volkskrankheit entwickelt. Auch Stress kann Allergien verstärken.

ALLERGENE: Die Allergiekarriere

In den meisten Fällen beginnen allergische Krankheiten bereits im Säuglings- und Kindesalter: Auf eine Nahrungsmittelallergie im Säuglingsalter folgt oft eine Allergie auf Hausstaubmilben und Pollen mit Heuschnupfen. Was mit Übelkeit und Jucken beginnt, kann im Schulalter mit Asthma enden. Die Abfolge dieser drei allergischen Erkrankungen während der Kindheit wird als „Allergiekarriere“ bezeichnet. Ein sogenannter „Etagenwechsel“ ist typisch für eine Allergiekarriere, das heißt, ein Heuschnupfen mit einer Entzündung an Nase und Augen birgt das Risiko einer späteren Asthmaerkrankung des unteren Atemtraktes. Allergische Krankheiten können jedoch auch erst später im Verlauf des Lebens auftreten – und wieder völlig verschwinden.

Welche Allergieformen gibt es?

Der Heuschnupfen (Pollenallergie) ist der bekannteste Vertreter der Inhalationsallergien (allergische Rhinokonjunktivitis). Als Symptome treten auf: Niesen, Naselaufen, verstopfte Nase,



tränennde, juckende oder gerötete Augen. Auch die Hausstaubmilben- und Tierhaarallergien machen sich in den Atemwegen bemerkbar.

Bei allergischem Asthma reagieren die Atemwege mit starker Abwehr auf im Grunde ungefährliche Stoffe. Diese Allergene, meist Hausstaubmilben und ihre Ausscheidungen, Schimmelpilze, Tierhaare und -schuppen oder Blütenpollen, ignoriert das Immunsystem normalerweise. Die Immunreaktion des Asthmikers hingegen bekämpft den vermeintlichen Feind: Die Atemmuskulatur verkrampft, die Schleimhaut der Bronchien schwillt, zäher Schleim belegt die Atemwege. Die Symptome sind Husten, Giemen, in schlimmen Fällen ist das Atmen kaum noch möglich.

Nahrungsmittelallergien werden bei Erwachsenen vor allem durch Nüsse, Erdnüsse, Sellerie und Getreide, bei Säuglingen und Kleinkindern durch Kuhmilch, Hühnereier und zunehmend auch durch Soja hervorgerufen. Die Betroffenen leiden nach dem Verzehr entsprechender Lebensmittel an Magen- und Darmbeschwerden wie Durchfall, Erbrechen oder Verstopfung. Modeschmuck kann Kontaktallergien auslösen, die sich in Hautausschlägen äußern. Pflege- und Putzmittel können ebenfalls solche Hautallergien auslösen.



< *Allergien gegen Erdnüsse können schwere allergische Reaktionen zur Folge haben. Schon winzige Mengen können bei empfindlichen Menschen einen allergischen Notfall verursachen.*

> *Viele alltägliche Gegenstände enthalten Stoffe, die eine Kontaktallergie auslösen können. Sie gehört deshalb zu den häufigsten Hautkrankheiten.*

Die Reaktionen auf Allergene können zu einer deutlichen Beeinträchtigung des Wohlbefindens führen, beispielsweise durch Niesen, Husten und Hautausschlag. Unter Umständen kann aber auch ein lebensgefährlicher Zustand, ein anaphylaktischer Schock, eintreten, bei dem im schlimmsten Fall ein Herz-Kreislauf-Versagen droht. Als besonders gefährlich gelten Überempfindlichkeiten gegen Penicillin und andere Medikamente, insbesondere Schmerzmittel, Insektenstiche und Erdnüsse, aber auch Latex.

Allergiediagnostik

Wer Verdacht hegt, an einer Allergie zu leiden, sollte sich mit einem allergologisch tätigen Arzt beraten. Es gibt verschiedene diagnostische Tests, die über eine bestehende Allergie Aufschluss geben. Vor dem Arztbesuch sollte man sich überlegen, wann und wo oder nach welchen Ereignissen die Körperreaktion auftritt. Die persönliche Krankengeschichte (Anamnese) ist für den Arzt die Basis, die möglichen Auslöser einzugrenzen und so eine Diagnose zu stellen.

Ein Blick in den Pollenflugkalender kann auch Aufschluss über den Grund von körperlichen Reaktionen oder Hautreaktionen geben. So geht beispielsweise eine Birkenpollenallergie oft einher mit allergischen Reaktionen auf Kern- und Steinobst



oder Nüsse. Bei einer Penicillin-Allergie besteht häufig eine zusätzliche Allergie gegen verwandte Medikamente. Ein Arzt spricht bei diesem Phänomen von sogenannten Kreuzallergien.

Ein Haut-, Blut- oder Provokationstest bringt Klarheit, ob eine Allergie vorliegt. Beim Bluttest wird das Vorhandensein von Antikörpern untersucht. Antikörper sind Eiweißstoffe des Immunsystems, die für die allergische Reaktion verantwortlich sind. Die Blutuntersuchung lässt Angaben über den Zustand des Immunsystems zu. Durch labordiagnostische Tests nachgewiesene spezifische IgE-Antikörper (Immunglobulin E) geben dem Arzt wichtige Hinweise auf den Auslöser einer Allergie. Der größte Vorteil der Bluttests liegt in der Standardisierung, ihrer Zuverlässigkeit und der Verfügbarkeit von bis zu 700 verschiedenen Allergenen.

Inzwischen kann man nicht nur die Allergenquelle wie zum Beispiel Birke, sondern auch das allergieauslösende Protein im Bluttest identifizieren. Diese molekulare Allergiediagnostik ermöglicht Primärsensibilisierungen von Kreuzreaktionen zu unterscheiden, den Erfolg einer spezifischen Immuntherapie einzuschätzen und das Risiko schwerer Reaktionen abzuwägen. Beispiel Insektengiftallergie: Hier kann mit Tests auf Bienen- und Wespengiftproteine zwischen einer echten Doppelsensi-

Die Früherkennung

hilft schwere Allergien zu vermeiden



Mit den ersten warmen Tagen des Jahres beginnen zahlreiche Pollen durch die Luft zu fliegen. Insbesondere Birkenpollen gehören zu den Hauptauslösern von Heuschnupfen oder allergischem Asthma.



Das in den Haaren, Hautschuppen, Speichel oder Urin von Tieren enthaltene Eiweiß löst bei manchen Menschen eine Tierhaarallergie aus.

bilisierung und einer Kreuzreaktion unterschieden und daraufhin die richtige Therapie ausgewählt werden.

Bei einem Hauttest, dem so genannten Prick-Test, werden mögliche Allergene oberflächlich in die Haut ein- oder aufgebracht. Aus den darauf folgenden Reaktionen kann ein allergologisch erfahrener Arzt das krankmachende Allergen identifizieren. Auch wenn das Risiko von unerwünschten Reaktionen gering ist, sollte der Hauttest nur von allergologisch erfahrenen Ärzten durchgeführt werden.

Ein Hauttest kann nicht eingesetzt werden, wenn der Patient an einer großflächigen Hautkrankheit leidet oder mit Medikamenten, beispielsweise Antihistaminika sowie örtlich mit einer Kortisonsalbe, behandelt wird. Bei Kindern kann die schonendere Blutuntersuchung durchgeführt werden, wenn sie den Juckreiz bei Hauttests, der bei positiven Reaktionen dazugehört, als unangenehm empfinden.

Nach einer positiven Allergietestung muss der behandelnde Arzt zwischen einer unbedeutenden Sensibilisierung und einer klinisch bedeutenden Allergie unterscheiden. Der Nachweis von IgE-Antikörpern gegen einzelne Allergene in einer Blutuntersuchung oder im Hauttest bedeutet nicht automa-



tisch auch das Vorhandensein einer Allergie, d.h. es müssen nicht unbedingt allergische Krankheitssymptome auftreten.

■ **Frühe Diagnose schützt**

Je früher eine Allergie diagnostiziert wird, desto eher lässt sich vermeiden, dass sich aus anfangs oft leichteren Formen der Allergie schwere Erkrankungen entwickeln können. So kann sich aus einem Heuschnupfen im Kindesalter, bei dem Ihr Kind eventuell nur öfter mal niest oder eine Bindehautentzündung hat, ein Asthma bronchiale entwickeln. Asthma ist eine schwerwiegende Erkrankung mit oft starker Beeinträchtigung des Gesundheitszustandes, die mit vielen Einschränkungen im alltäglichen Leben einhergeht. Auch Nahrungsmittelallergien können an der Entstehung eines Asthma bronchiale ursächlich beteiligt sein.

■ **Therapiemaßnahmen**

Hat der Arzt das Allergen ermitteln können, das eine Allergie auslöst, kann oft schon mit einfacher Vermeidung des Allergens eine Verbesserung der Symptome erreicht werden: Nahrungsmittel, auf die man allergisch reagiert, sollen nicht gegessen werden. Im Falle einer Kontaktallergie sollte man auf das Tragen von Modeschmuck verzichten sowie Pflege- und Putzmittel verwenden, bei denen keine Reizung auftritt.

Eine Vermeidung ist jedoch insbesondere bei in der Luft vorhandenen Allergenen wie Pollen und Schimmelpilzen schwierig.

Wenn Vermeidung nicht möglich ist, um den Kontakt mit dem Allergen zu unterbinden, kann eine spezifische Immuntherapie angebracht sein. Bei dieser Behandlung wird dem Allergiekranken das für ihn belastende Allergen allmählich in steigender Dosis zugeführt, um ihn so dagegen unempfindlich zu machen.

Die sogenannte Hyposensibilisierung lindert die Beschwerden und reduziert die medikamentöse Behandlung. Darüber hinaus verhindern sie eventuell das Auftreten von schweren Folgeerkrankungen. Eine medikamentöse Behandlung dient allein der Linderung und Vermeidung der Krankheitssymptome. Sie bekämpft nicht die Ursache – das kann nur die Hyposensibilisierung. Oftmals ist die medikamentöse Behandlung jedoch die einzige Möglichkeit, um den betroffenen Patienten beschwerdefreie Tage zu ermöglichen.



Der Kot der Hausstaubmilbe gilt als der zweithäufigste Allergieauslöser. Rund 25 Prozent aller allergischen Erkrankungen werden durch ihn verursacht.

Die Exkremente der Milben zerfallen nachdem sie ausgetrocknet sind und verbinden sich mit dem Hausstaub. Der allergenhaltige Staub wird dann mit der Atemluft eingeatmet und führt zu allergischen Beschwerden wie Augentränen oder -jucken, Husten, Fließschnupfen, Niesanfällen sowie allergischen Reaktionen der Haut, beispielsweise Schwellungen und Rötungen.



Allergie

02

Das **Infozentrum für Prävention und Früherkennung (IPF)** informiert die Öffentlichkeit über Möglichkeiten der Krankheitsvorsorge durch Laboruntersuchungen. Seit über zehn Jahren veröffentlicht das IPF in Zusammenarbeit mit anerkannten Experten Broschüren und Faltblätter zu einzelnen Krankheiten und deren Früherkennung. Das IPF wird vom Verband der Diagnostica-Industrie (VDGH) unterstützt. Seine Neutralität wird durch einen wissenschaftlichen Beirat gewährleistet. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.vorsorge-online.de oder über diesen Code direkt auf Ihr Smartphone.



Infozentrum für Prävention und Früherkennung

Versandservice

Postfach 27 58 , 63563 Gelnhausen, E-Mail: info@vorsorge-online.de

Tel.: 0 30/200 599 48, Fax: 0 30/200 599 49