

Sprechstunde zu Allergien

VON NATASCHA PLANKERMANN

DÜSSELDORF Wer in diesen Tagen merkt, dass die Nase permanent läuft und die Augen jucken, wird als erstes denken: Eine Allergie – schnell einen Termin beim Arzt machen, der soll's prüfen und richten! Doch Johannes Uerscheln, Allergologe und Pneumologe in Neuss, wiegelt ab: „Ein Allergietest ist erst nach der Pollensaison möglich – zunächst müssen wir die Symptome vernünftig behandeln.“ Das bedeutet: Mit Antihistaminika (Tabletten und Sprays) werden die oberen Atemwege befreit, bei andauernden allergischen Asthma-Beschwerden hilft erst einmal ein Kortisonspray. So wird die kritische Zeit, während Hasel, Birke und Erle blühen, überbrückt.

Was sich darüber hinaus täglich gegen Allergien tun lässt und welche Möglichkeiten der spezifischen Immuntherapie (auch Hyposensibilisierung genannt) es gibt, das ist am 2. April von 18 bis 20 Uhr Thema der nächsten Sprechstunde unserer

Zeitung in Zusammenarbeit mit der Kassenärztlichen Vereinigung Nordrhein. Dann stehen den Lesern im Haus der Ärzteschaft in Düsseldorf, Tersteegenstr. 9, drei Referenten Rede und Antwort: Hals-Nasen-Ohrenarzt Dieter Bolland aus Düsseldorf beschäftigt sich mit den oberen Atemwegen, während Johannes Uerscheln das allergische Asthma im Blick hat. Ralf Kernebeck vom Deutschen Allergie- und Asthmabund (DAAB) gibt Tipps, wie man allergische Reaktionen im Alltag vermeiden kann.

Viele Birkenpollen erwartet

An die Spezialisten können Fragen gestellt werden, die immer mehr Menschen in Deutschland beschäftigen. Inzwischen gibt es hierzulande laut dem DAAB zwölf bis 16 Millionen Pollenallergiker und etwa vier bis fünf Millionen Asthmatiker. Diese leiden jetzt darunter, dass durch milde Witterung – vor allem im Spätherbst 2007 – die früh blühenden Bäume ihrer normalen Entwicklungsphase gut

sechs Wochen voraus sind. Der Klimawandel sorgt zudem dafür, dass Pflanzen aus dem südlichen Vegetationsraum auch im wärmer werdenden Norden eine Heimat finden und die Allergiker plagen. Ein Beispiel hierfür ist die beifußblättrige Ambrosia (Traubenkraut), deren Pollen laut Biologischer Bundesanstalt für Land- und Forstwirtschaft besonders stark allergieauslösend sind. Außerdem erwarten die Experten für dieses Jahr besonders viele Birkenpollen, da es bei der Birke jedes zweite Jahr ein „Mastjahr“ gibt, in welchem die Bäume besonders viele Pollen abgeben.

Eine sinnvolle Vorbeugung beginnt vor der Saison, dabei haben Ärzte inzwischen die Wahl unter mehreren Behandlungsmethoden: Sie können über zwei bis drei Jahre durchgängig Spritzen verabreichen oder kurzzeitig vier bis sieben Spritzen vor dem Pollenflug (drei Jahre lang). Tropfen oder eine Impftablette gegen Gräserallergie sind weitere Therapieformen – allerdings für Kinder nur bedingt bis gar nicht geeignet. Manch simpler Trick lindert außerdem im Alltag die Beschwerden, wie Allergie-Experte Ralf Kernebeck weiß: „Wer die Haare vor dem Zu-Bett-Gehen wäscht und die getragene Kleidung nicht im Schlafzimmer ablegt, hält die Pollen draußen und kann besser schlafen.“



Sie fürchten das **Frühjahr**: Menschen mit Allergien.

FOTO: KEYSTONE

Info: Sprechstunde „Allergie“ in Zusammenarbeit mit der Kassenärztlichen Vereinigung Nordrhein, 2. April, 18 bis 20 Uhr, Haus der Ärzteschaft, Düsseldorf, Tersteegenstr. 9. Der Eintritt ist frei.

Heute in Düsseldorf: Sprechstunde zum Thema Allergie



In unserer **Allergie-Sprechstunde:** Dr. Dieter Boland, Dr. Johannes Uerscheln und Dr. Ralf Kernebeck (von links). FOTOS: PRIVAT

DÜSSELDORF (RP) Antworten auf alle Fragen rund um das Thema „Allergie“ gibt es heute in einer Sprechstunde unserer Zeitung in Zusammenarbeit mit der Kassenerztlichen Vereinigung. Von 18 bis 20 Uhr stehen drei Experten im Haus der Ärzteschaft in Düsseldorf, Tersteegenstr. 9, Rede und Antwort: Hals-Nasen-Ohrenarzt Dieter Boland aus Düsseldorf (Thema: obere Atemwege), Allergologe und Pneumologe Johannes Uerscheln aus Neuss (Thema: allergisches Asthma) sowie Ralf Kernebeck, Mitarbeiter beim Deutschen Allergie- und Asthmabund (DAAB) in Mönchengladbach (Thema: Tricks und Ratschläge für den Alltag mit Allergien). Die öffentliche Sprechstunde wird moderiert von der Journalistin Natascha Plankermann. Der Eintritt ist frei.



Keine Angst vor Kortison: Tipps aus der Allergie-Sprechstunde

Viele Fragen von Betroffenen gab es an die Experten bei der Sprechstunde unserer Zeitung und der Kassenärztlichen Vereinigung Nordrhein in Düsseldorf. **Seite A 7**

Hilfe bei Allergien

Die wichtigsten Tipps von Fachärzten und Experten zum Thema Allergien aus der öffentlichen **Sprechstunde**, die unsere Zeitung in Zusammenarbeit mit der Kassenärztlichen Vereinigung Nordrhein im Düsseldorfer Haus der Ärzteschaft veranstaltete.

VON BARBARA STEINGIESSER

DÜSSELDORF Allergien sind tückisch. Behandeln kann man sie nur, wenn man weiß, gegen welche Substanz der Patient allergisch reagiert. Diese jedoch innerhalb der über 20.000 bekannten Allergene (Allergieauslöser) zu ermitteln, erfordert oft detektivische Arbeit, sagt der Düsseldorfer Hals-Nasen-Ohrenarzt Dieter Boland. „Wenn's juckt und kribbelt – Allergien!“ lautete das Thema der Sprechstunde unserer Zeitung im Haus der Ärzteschaft, in der neben Boland der Neusser Pneumologe und Allergologe Johannes Uerscheln sowie Ralf Kernebeck vom Deutschen Allergie- und Asthmabund (DAAB) Fragen der vielen Zuhörer im Saal beantworteten.

Rund 20 Prozent der Bevölkerung leiden an Allergien

Rund 20 Prozent der Bevölkerung leiden an Allergien. Doch die wenigsten wissen, welche Prozesse dabei im Körper ablaufen. Eine Allergie ist eine verstärkte spezifische Abwehrreaktion des Immunsystems gegenüber Fremdstoffen, die anders als Krankheitskeime – eigentlich keine Gefahr für die Gesundheit darstellen. Sie entsteht in zwei Schritten: Zunächst wird ein harmloser Fremdstoff (wie im April Birkenpollen) vom Körper als gefährlich eingestuft. Das Immunsystem bildet spezifische Antikörper und wird dadurch sensibilisiert (überempfindlich gemacht). Erst bei erneutem Kontakt findet die allergische Reaktion statt. Diese zeigt sich in den verschiedensten Symptomen: vom Niesen über Schnupfen, gerötete, geschwollene und tränende Augen, Juckreiz, Hautausschlag, Migräne, Atemnot, Magen-Darm-Beschwerden bis hin zum allergischen Schock.

Die in Deutschland am weitesten verbreitete Allergie-Erkrankung ist die Pollen-Allergie, was leicht ver-



Der Aufenthalt in der Natur kann für Allergiker zu einer wirklichen **Plage** werden.

FOTO: VARIO-IMAGES

ständig ist, wenn man sich vorstellt, dass eine einzige Roggenähre 4,2 Millionen Pollen enthält. Dennoch werden Allergien in der Gesellschaft oft als Wehwechen abgetan. Allergische Rhinitis – ein harmloser Heuschnupfen oder mehr? Boland gab die Antwort auf diese Frage: „Es wird mehr daraus, etwa Asthma.“ Ein unbehandelter Heuschnupfen kann sich im sogenannten Etagenwechsel von den oberen zu den unteren Atemwegen zu allergischem Asthma ausweiten. „30 bis 50 Prozent der Kinder mit saisonaler Rhinitis erkranken später an Asthma“, so Pneumologe Johannes Uerscheln.

Was ist also zu tun? Der erste Schritt ist die Allergenkarenz (Vermeidung des Kontakts mit dem All-

INFO

Alles über Allergien

Der **Deutsche Allergie- und Asthmabund (DAAB)** mit Bundesgeschäftsstelle in Mönchengladbach bearbeitet **jährlich 50.000 Anfragen**. Faltblätter und das vom DAAB herausgegebene Gesundheitsmagazin „Allergie konkret“ informieren über Allergien, Asthma und Neurodermitis. www.daab.de

Die nächste Sprechstunde unserer Zeitung in Zusammenarbeit mit der Kassenärztlichen Vereinigung Nordrhein findet am **7. Mai** statt. **Thema: Haut und Haare.**

ergen), nachdem dieses vom Arzt – zum Beispiel durch den Prick-Test – ermittelt wurde. Praktische Tipps hierzu gab Ralf Kernebeck. So sollte man auf dem Land abends, jedoch in der Stadt morgens lüften, weil in Großstädten die Pollenkonzentration in den Abendstunden am größten ist.

Wer einen Urlaub plant, sollte Ziel und Zeitpunkt der Reise nach dem Pollenkalender auswählen. Grundsätzlich ist ein Aufenthalt an der Küste oder im Hochgebirge zu empfehlen. Auto fahren sollte man bei geschlossenem Fenster, staubsaugen nur mit einem Hepa-Filter (High Efficiency Particulate Air) mit TÜV-Siegel. Zusätzliche Maßnahmen sind abendliches Haarewaschen und das Ablegen der Stra-

ßenkleidung außerhalb des Schlafzimmers.

Die einzige ursächliche Allergietherapie ist die Hyposensibilisierung (auch Desensibilisierung oder Spezifische Immuntherapie genannt). Der Patient bekommt über einen Zeitraum von drei Jahren monatlich eine Spritze, die ihm das Allergen in allmählich steigender Konzentration zuführt, um ihn nach und nach unempfindlich dagegen zu machen. Die medikamentöse Behandlung – etwa durch Kortison – bekämpft zwar nicht die Ursache, aber wirksam die Symptome. „Das inhalative Kortison ist in der richtigen Dosis völlig ungefährlich, weil es nur dort wirkt, wo es wirken soll“, erklärten die Experten. „Also nicht so viel Angst vor dem Kortison!“