

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. Um so wichtiger ist es, eine aufkeimende Allergie frühzeitig zu erkennen. Nur so lässt sich vermeiden, dass die

Betroffenen in einen Krankheitsstrudel geraten, aus dem zu enttrinnen, 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 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 verschiedenste, normalerweise harmlose 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 Empfindlichkeit des körpereigenen Schutzsystems kann erblich sein oder 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

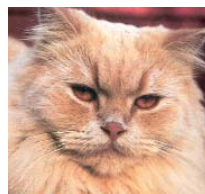
Haut. Man unterscheidet **Inhalationsallergien** (durch Einatmung der Allergene), **Kontaktallergien** und **Nahrungsmittelallergien**. In den meisten Fällen werden die Reaktionen durch natürliche Stoffe ausgelöst. Es ist jedoch bekannt, dass Umweltgifte – z. B. der Kohlendioxid-Ausstoß im Autoverkehr – 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.



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 so genannter „**Etagenwechsel**“ ist typisch für eine Allergikerkarriere, 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?



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

Der Heuschnupfen (Pollenallergie) ist der bekannteste Vertreter der Inhalationsallergien. Als Symptome treten auf: Niesen, tränende Augen, im Extremfall Asthma und teilweise Fieber. Auch die Hausstaubmilben- und Tierhaarallergien machen sich in den Atemwegen bemerkbar.



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.

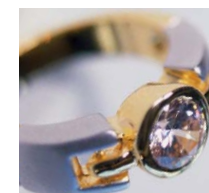
Bei allergischem Asthma reagieren die Atemwege mit starker Abwehr auf im Grunde ungefährliche Stoffe. Diese Allergene,

meist Ausscheidungen von Hausstaubmilben, Schimmelpilze, Tierhaare und -schuppen oder Blütenpollen, ignoriert das Immunsystem normalerweise. Die Immunreaktion des Asthmatikers hingegen bekämpft den vermeintlichen Feind: Die Atemmuskulatur verkrampft, die Schleimhaut der Bronchien schwillt, zäher Schleim belegt die Atemwege. In schlimmen Fällen ist das Atmen kaum noch möglich.



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

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.



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

Modeschmuck kann Kontaktallergien auslösen, die sich in Hautausschlägen äußern. Pflege- und Putzmittel können ebenfalls solche Hautallergien auslösen.

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 (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

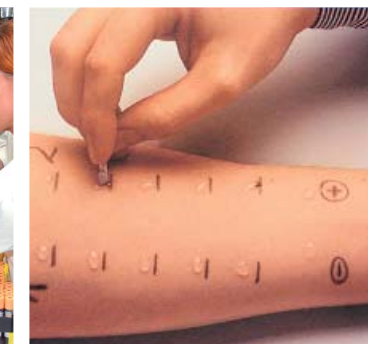
Wenn Sie den Verdacht haben, dass Sie an einer Allergie leiden, beraten Sie sich mit Ihrem Arzt. Es gibt verschiedene diagnostische Tests, die über eine bestehende Allergie Aufschluss geben.

Vor dem Arztbesuch sollten Sie sich Gedanken machen, wann und wo oder nach welchen Ereignissen die von Ihnen beobachtete Körperreaktion auftritt. Ihre 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 Birkenpollen-



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





Allergie

Überempfindlichkeit des Immunsystems

Das **Infozentrum für Prävention und Früherkennung (IPF)** informiert die Öffentlichkeit über bestehende Möglichkeiten der Krankheitsvorsorge durch Laboruntersuchungen. Seit über zehn Jahren veröffentlicht das IPF in Zusammenarbeit mit anerkannten Experten Broschüren und Falblätter zu einzelnen Krankheiten und deren Früherkennung. Diese Veröffentlichungen können kostenlos angefordert werden. Seine Neutralität wird durch einen wissenschaftlichen Beirat gewährleistet, dem renommierte Mediziner angehören.

Die **Deutsche Gesellschaft für Allergologie und klinische Immunologie e. V. (DGAKI)** ist eine wissenschaftliche Vereinigung von Ärzten und Naturwissenschaftlern, die sich mit dem Fachgebiet der Allergologie und klinischen Immunologie in Forschung, Klinik und Praxis beschäftigen. Die DGAKI fördert ihr Fachgebiet durch wissenschaftliche Veranstaltungen auf nationaler und internationaler Ebene, Fortbildungsmaßnahmen und durch eine der Wissenschaft und Weiterbildung dienenden Zeitschrift. Darüber hinaus unterstützt die Gesellschaft Forschungsaufgaben und -projekte.

INFOZENTRUM
FÜR
PRÄVENTION
UND
FRÜHERKENNUNG



DGAKI
Deutsche Gesellschaft
für Allergologie und
Klinische Immunologie

**Infozentrum für Prävention
und Früherkennung (IPF)**

Postfach 16 04 34
D-60067 Frankfurt

Telefon: 0 62 57 / 50 79 90
Telefax: 0 62 57 / 50 79 94
www.vorsorge-online.de

**Deutsche Gesellschaft für
Allergologie und Klinische
Immunologie e. V. (DGAKI)**

Vohburgerstraße 13
D-80687 München

Telefon: 0 89 / 54 66 29 68
Telefax: 0 89 / 58 38 24
www.dgaki.de

Stand: April 2008

Therapiemaßnahmen

Hat Ihr Arzt das Allergen ermitteln können, das bei Ihnen oder Ihrem Kind eine Allergie auslöst, kann oft schon mit einfacher Vermeidung des Allergens eine Verbesserung der Symptome erreicht werden: Nahrungsmittel, auf die Sie

allergisch reagieren, sollen nicht gegessen werden. Im Falle einer Kontaktallergie sollten Sie 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 Vermeidungsmaßnahmen nicht möglich sind, um den Kontakt mit dem Allergen zu unterbinden, kann eine spezifische Immuntherapie angebracht sein. Bei dieser Behandlung wird dem Allergiekranken das für ihn aktuelle Allergen allmählich in steigender Dosis zugeführt, um ihn so dagegen unempfindlich zu machen. Mit einer so genannten Hyposensibilisierung lindern Sie Ihre Beschwerden oder die Ihres Kindes und reduzieren 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. Oftmals ist die medikamentöse Behandlung jedoch die einzige Möglichkeit, um den betroffenen Patienten beschwerdefreie Tage zu ermöglichen.

BEHANDLUNG:

Allergien können meist wirksam behandelt werden – allerdings muss zuvor genau untersucht werden, auf welches Allergen ein Patient allergisch reagiert. Daran orientiert sich die Behandlung und entscheidet maßgebend über den Erfolg. Manchmal genügt bereits ein einfaches Vermeiden des entsprechenden Allergens.

gebracht. 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 vom Facharzt, einem ausgebildeten Allergologen, durchgeführt werden.

Ein Hauttest kann nicht eingesetzt werden, wenn Sie an einer großflächigen Hautkrankheit leiden oder mit Medikamenten, beispielsweise Antihistaminika oder örtlich mit einer Kortisonsalbe, behandelt werden. 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 Ihr behandelnder 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 automatisch auch das Vorhandensein einer Allergie, d.h. es müssen nicht unbedingt allergische Krankheitssymptome auftreten.

Warum sollten Sie sich oder Ihre Kinder auf das Vorhandensein von Allergien untersuchen lassen?

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.

allergie oft einher mit allergischen Reaktionen auf Kern- und Steinobst oder Nüsse. Bei einer Penicillinallergie besteht häufig eine zusätzliche Allergie gegen verwandte Medikamente. Ihr Arzt spricht bei diesem Phänomen von so genannten **„Kreuzallergien“**.

Wenn Sie feststellen lassen wollen, ob Sie oder Ihre Kinder – vielleicht erblich bedingt – zu Allergien neigen, sorgt ein Blut- oder Hauttest für Klarheit. 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 Ihres Immunsystems zu. Durch labordiagnostische Tests nachgewiesene spezifische **IgE-Antikörper** (Immunglobulin E) geben dem Arzt wichtige Hinweise auf den Auslöser Ihrer Allergie. Der größte Vorteil der Bluttests liegt in der Standardisierung, ihrer Zuverlässigkeit und der Verfügbarkeit von bis zu 700 verschiedenen Allergenen.

Bei einem **Hauttest**, dem so genannten **Prick-Test**, werden mögliche Allergene oberflächlich in die Haut ein- oder auf-

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.

