

Pollenflug immer früher

Die winterliche Schonzeit für Allergiker ist lange vorbei

Der Trend der vergangenen 20 Jahre setzt sich auch dieses Jahr fort: Die Haselblüte setzt früh ein. Das ist kein Wunder, denn der Winter präsentierte sich in den vergangenen drei Wochen Grau in Grau und wenig kalt. In Südwest-Deutschland wurden dank der frühlinghaften Temperaturen die ersten blühenden Haseln bereits am Heiligen Abend 2012 gesichtet. Der Blühbeginn hat sich sukzessive ausgeweitet, und jetzt hängen auch die Sträucher im Norden und Osten Deutschlands voller „Kätzchen“. Seit dem 8. Januar begann daher der Deutsche Wetterdienst (DWD) mit der täglichen Pollenflugvorhersage. Wer hofft, dass ein Kälteeinbruch den Blüten derart schaden könnte, dass danach Schluss mit dem Pollenflug wäre, wird mit einem Blick auf die Pollenflugstatistik aus dem Jahr 2012 enttäuscht. Denn da flogen die Pollen auch schon im Januar, als Anfang Februar ein Kälteeinbruch ganz Deutschland bibbern ließ. Zwar waren Pollen während der Eiseskälte nicht mehr nachweisbar, aber sobald es wieder wärmer wurde, waren sie wieder da.

Etwa 18 Millionen Menschen in Deutschland leiden an einer Pollenallergie. Juckende, tränende Augen, laufende Nase und verengte Bronchien sind nur einige der möglichen Symptome. Haselallergiker reagieren oft auch auf andere Frühblüher, allen voran auf Birken- und Erlenpollen. Und nicht nur das: Bei einer Allergie gegen Frühblüher treten besonders häufig sogenannte „pollenassoziierte Nahrungsmittelallergien“ auf. Oft sind darunter allergische Reaktionen auf Äpfel. Weitere Kreuzallergien treten bei dem Verzehr von Birnen, Kiwi, Sellerie, rohen Karotten, Nüssen (vor allem Haselnüssen) und teilweise bei rohen Tomaten auf. So kann ein Haselpollenallergiker, der im Herbst, wenn keine Haselpollen fliegen, problemlos Nüsse oder Äpfel verträgt, zu Zeiten des Haselpollenfluges eine allergische Reaktion darauf bekommen.

Für hochsensibilisierte Allergiker kann es hilfreich sein, sich über den tagesaktuellen Stand des Pollenflugs zu informieren. Der Deutsche Wetterdienst bietet diese Informationen auch gezielt für einzelne Regionen an. Die in der Pollenflugsaison täglich aktualisierten Informationen können im Internet kostenlos abonniert werden unter: www.dwd.de/newsletter.

Wenn das Abwehrsystem aus dem Gleichgewicht gerät

Unser Abwehrsystem ist in der Regel so perfekt, dass es in der Lage ist, die für unser Leben notwendigen Stoffe und nützlichen Mikroben von schädlichen, krankmachenden zu unterscheiden. Sobald schädliche Stoffe in den Körper gelangen, werden Antikörper (Immunglobuline) produziert. Diese lagern sich an Mastzellen an, in deren Innerem hochaktive Abwehrstoffe sitzen. Wird der Körper erneut mit den Antigenen konfrontiert, werden diese von den Immunglobulinen erkannt und es kommt zur Freisetzung der hochaktiven Abwehrstoffe.

Die Antigene werden unschädlich gemacht. Ohne dieses perfekt ausgeklügelte Abwehrsystem wäre die Menschheit schon längst ausgestorben. Unser Abwehrsystem kann jedoch aus dem Gleichgewicht geraten. Der Körper produziert nicht nur Antikörper gegen schädliche, sondern auch gegen nützliche Stoffe. Der Organismus beginnt allergisch zu reagieren.

Es gibt eine Soforttyp-Allergie und eine verzögerte Allergie. Die Soforttyp-Allergie wird häufig durch den Antikörper IgE (Immunglobulin E) und die verzögerte Allergie durch die Nichtanwesenheit dieses Antikörpers, aber durch andere Immunglobuline (IgG, IgA) ausgelöst.

Kontaktallergie: Ein Test bringt Klarheit

Krank durch den Beruf – das kann bei Kontaktallergien der Fall sein. Besonders Friseure, Reinigungspersonal und medizinische Fachkräfte sind davon häufig betroffen. Dann gilt es, die reizenden Mittel zu meiden und die Haut von einem Hautarzt oder Allergologen untersuchen zu lassen.

Zu einer Kontaktallergie kommt es, weil die Haut, besonders an den Händen, überempfindlich auf die chemischen Stoffe – zum Beispiel in Haarfärbemitteln und Reinigungslösungen – reagiert. Kommt die Haut immer wieder mit den Substanzen in Kontakt, entsteht eine sogenannte immunologische Sensibilisierung. Die Folge: Die Haut rötet sich, juckt



Selbst wenn der Winter das Land noch im Griff hat, blüht schon längst die Hasel.



häufig und ist in schwereren Fällen mit Bläschen übersät. „Manche Betroffene leiden zudem unter Reizungen der Schleimhäute bis hin zu Asthma-Anfällen“, sagt Dr. Johannes Müller-Steinmann, ärztlicher Direktor des Hautarztzentrums Kiel.

Um abzuklären, ob eine Kontaktallergie vorliegt, sollten Betroffene einen Arzt aufsuchen. In einem Anamnese-Gespräch erläutern die Patienten, mit welchen Stoffen sie beruflich und privat regelmäßig in Berührung kommen. Besteht der Verdacht auf eine Allergie, führen Ärzte einen Epikutan-Test durch. Sie

beträufeln Pflaster mit verschiedenen Allergenen und kleben diese anschließend auf den Rücken oder Oberarm der Patienten. Nach 48 bis 72 Stunden zeigt sich, ob eine Kontaktallergie besteht.

Ist dem so, sollten die Betroffenen die auslösenden Substanzen meiden – zum Beispiel, indem sie bei der Arbeit Handschuhe tragen. Zusätzlich können Salben und Cremes die Symptome lindern. Allgemein gilt: Allergiker sollten ihre Haut immer gut pflegen und mit ausreichend Feuchtigkeit versorgen. Sonst wird sie schnell rissig und eindringende Erreger können zu Entzündungen führen. „Eine

Hyposensibilisierung, wie sie beispielsweise bei einer Pollenallergie angewendet wird, hilft bei einer Kontaktallergie leider nicht“, erklärt Müller-Steinmann. Am häufigsten aber entsteht ein juckendes Ekzem der Hände ohne Allergie. „Wenn die Hände zu viel gewaschen und Feuchtigkeit ausgesetzt sind, können sie sich nicht schnell genug regenerieren, trocknen aus und werden rissig und schuppig“, erklärt Müller-Steinmann. Dann hilft eine gute Hautpflege mit Produkten, die zum Beispiel Urea enthalten.

info@hautarztzentrum-kiel.de

TERRA MUNDO
VITALPILZE

**Zur Unterstützung
des gesunden Immunsystems**

Reishi – Shiitake – Hericium – Maitake
Agaricus – Cordyceps – Coriolus
Polyporus – Coprinus – Auricularia

Terra Mundo GmbH
Ferdinandstr. 24 • 61348 Bad Homburg
Tel. 06172 - 18532-0 • Fax 06172 - 18532-29
info@terra-mundo.de • www.terra-mundo.de



Direkt bestellen unter
06172 - 18532 - 0
www.terra-mundo.de

Kostenlose Testsatz- und Infopost-Anforderung!

OPTIMIERTE REZEPTUR: PULVER & EXTRAKT!