Nie mehr Pollenallergie – die besten Tipps gegen Heuschnupfen

urheberrechtgeschütztes

Photo der dpa

„Frau, im Rasen sitzend, die niest“

Laufende Nase und tränende Augen – pünktlich zum Frühling geht für viele Menschen der Heuschnupfen los. DPA

ITZEHOE Die Augen jucken, die Nase läuft und ständig dieses Niesen – für Menschen mit Heuschnupfen beginnt mit dem Aufblühen von Gräsern, Bäumen und Kräutern wieder eine Leidenszeit. Welche Therapiemöglichkeiten gibt es? „Das Wichtigste ist die Karenz, also das Meiden der Allergene“, erklärt Dr. Rainer Sempell, Hautarzt und Allergologe aus Itzehoe. Weil dies allerdings nur selten möglich sei, müssen viele Patienten auf andere Behandlungsmethoden zurückgreifen.

Generell gibt es zwei Therapieformen: die symptomatische und die kausale. Unter erstere fallen alle Arzneimittel wie Kortison oder Antihistaminika, die als Lokaltherapie in Form von Sprays oder Tropfen oder systemisch als Tabletten, Saft oder Injektionslösung gegeben werden. Die Symptome der allergischen Reaktion werden abgeschwächt. Problematisch sei, dass die Erkrankung bestehen bleibe und tendenziell einen „Etagenwechsel“ vollziehe. Heißt, die Krankheitsbeschwerden verlagern sich auf die Lunge und bilden Asthma. Dies müsse dann rein symptomatisch behandelt werden.

Besser sei laut Sempell die zweite Therapieform, bei der durch die sogenannte Hyposensibilisierung eine Veränderung der Immunitätslage bis hin zur normalen Toleranz der Pollenallergene entstehe. „Der Erkrankte wird durch wiederholte Allergeneinbringungen in den Körper weniger sensibel auf das Allergen – im optimalen Fall sogar vollkommen desensibel“, sagt der Mediziner.

Traditionell werde das Allergoid per Injektion in das Unterhautfettgewebe eingebracht oder neuerdings auch mit Schmelztabletten oder Tropfen unter der Zunge. Monatlich werden über drei bis fünf Jahre Spritzen in den Oberarm gesetzt. Bei Kindern sei der Weg über Tabletten oder Tropfen, die täglich gegeben werden müssen, oftmals die bessere Möglichkeit.

Vorteil der Behandlung: Der „Etagenwechsel“ bleibt häufig komplett aus oder tritt sehr viel später und weniger stark auf als bei anderen Methoden.

Neben den schulmedizinischen Ansätzen gibt es auch alternative Therapien. Nicole Köhne, Heilpraktikerin aus Itzehoe, erkennt über den Kinesiologischen Muskeltest die Allergien ihrer Patienten. Durch Beklopfen bestimmter Akupunktur-Punkte wird der Körper wieder in den Fluss gebracht. Das Immunsystem reagiert nicht mehr auf „harmlose“ Pollen. „Die Allergie wird sozusagen gelöscht, es kommt es zu einer sofortigen Symptomverbesserung.“ Wichtig sei, dass der Körper nicht übersäuere. Hier helfen naturheilkundlichen Medikamente für Lymphsystem, Leber oder Niere. *jat*

Norddeutsche Rundschau 25. April 2013