

POLLEN- ALLERGIE



TYPISCH ALLERGIE

Woher sie kommt und wie man sie loswerden kann.

ALLERGISCH AUF POLLEN?

Immer mehr Menschen zeigen eine Überreaktion auf harmlose Dinge, die eigentlich keine Körperabwehr auslösen sollten, wie Tierhaare, Hausstaubmilben oder eben Pollen. Familiäre Veranlagung, aber auch der persönliche Lebenswandel (z. B.: Rauchen, Ernährung) und die zunehmende Umweltverschmutzung (z. B. Feinstaub) spielen dabei eine wichtige Rolle.

Typisch Pollenallergie:



Juckende,
tränennde Augen



Laufende Nase,
Niesattacken



Kratzen im Hals



Konzentrations-
probleme

Mehr oder andere
Symptome als
hier beschrieben?

Dann machen Sie den
Online-Allergietest:



ADE QUÄLGEISTER. HALLO LEBENS- QUALITÄT.

Die warme Jahreszeit ist auch Allergiezeit.
Allergiker müssen daher von Februar bis Oktober
mit Pollenflug rechnen.



Pollenflugvor- hersage beachten

Den Tag am besten
nach der Pollen-
konzentration planen.
Täglich checken:



Sonnenbrille tragen

Schützt nicht nur vor
UV-Strahlen sondern
auch vor pollen-
bedingten Reizungen.

Saugen plus nass durchwischen

Staubsauger mit HEPA-
Filter halten die Pollen
fest.

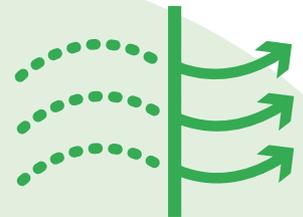


Fenster geschlossen halten

Kurzes Stoßlüften bei
geringstem Pollenflug:
auf dem Land abends,
in der Stadt morgens.

Haare waschen

Pollen sammeln sich
in den Haaren.
Die tägliche Haar-
wäsche vor dem
Schlafengehen hilft,
das Schlafzimmer
reizfrei zu halten.



Raumluft reinigen

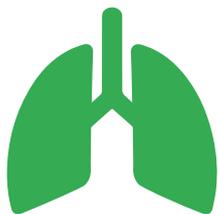
HEPA-Luftreiniger
entfernen Pollen
in der Wohnungsluft.



VON AKUT- HELFERN ...

Die gute Nachricht: Gängige Arzneimittel wie abschwellende oder kortisonhaltige Nasen- oder Asthmasprays, Augentropfen und Allergietabletten helfen gegen die meisten Symptome einer Pollenallergie. Völlig beschwerdefrei machen sie aber nicht.

Jetzt kommt die weniger gute: Betroffene sind während der Pollenflugzeit dauerhaft auf diese Medikamente angewiesen. Werden sie abgesetzt, kommen alle Symptome mit voller Wucht zurück.



40 PROZENT

aller Pollen-Allergiker:innen
entwickeln im Laufe
ihres Lebens Asthma.¹

¹ Lungenärzte im Netz. <https://allergiecheck.de/pages/fakten-zur-allergie#:~:text=40%20Prozent%20aller%20Allergiker%20entwickeln,deutlichen%20Minderung%20der%20Lebensqualität%3%A4t%20verbunden.> Abruf am: 27.03.2023.



... ZUR LANG- FRISTIGEN LÖSUNG.

Allergien sind leider lebenslange Begleiter, die zu allergischem Asthma und Hautsymptomen führen können. **Es sei denn, Sie gehen die Ursache der Allergie an**, und zwar mit einer Hyposensibilisierung, kurz Hypo. Sie hat das Ziel, die Beschwerden von Menschen mit Allergien dauerhaft in den Griff zu bekommen.

**Stellen Sie sich vor,
die schönste Zeit des Jahres
wieder rundum genießen zu
können.**

AGIEREN STATT REAGIEREN.

Haben Sie die Nase von Ihrer Pollenallergie endgültig voll? Dann wird es Zeit, das Thema Hypo anzugehen. Im Gespräch mit Ihrer Ärztin

oder Ihrem Arzt finden Sie heraus, welche Therapieform am besten zu Ihnen und Ihrem Tagesablauf passt. Wir geben Ihnen hier eine kurze Übersicht.

	Anwendung	Wie oft daran denken?	Behandlungsdauer	Ärztliche Betreuung
 Spritze	 Dicht unter die Haut	 1x im Monat	ca. 3 Jahre	1 Termin monatlich mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt gibt Sicherheit, dass Sie gut versorgt sind. Meistens ohne Wartezeit, weil alles vorbereitet ist.
 Tablette	 Unter die Zunge	 Täglich d. h. 30 x im Monat	ca. 3 Jahre	Verordnung durch die Ärztin oder den Arzt und erste Einnahme unter Aufsicht. Danach: eigenverantwortliche Einnahme.
 Tropfen	 Unter die Zunge	 Täglich d. h. 30 x im Monat	ca. 3 Jahre	

ALLER GUTEN DINGE SIND DREI.



Eine Hyposensibilisierung dauert ungefähr 3 Jahre (eine Allergie dagegen lebenslang). Der Körper benötigt die Zeit, um sich an die Pollenallergene per Tablette, Tropfen oder Spritze zu gewöhnen.

Dafür ist die Wirkung einer Hypo nachhaltig. Sehen Sie den kurzen Piks alle 30 Tage oder die tägliche orale Einnahme als **Investition in ein ganz neues Leben** an.



Wissen ist die beste Therapie

Wir haben uns mit einer Vielzahl von Betroffenen über ihre Krankheitsgeschichte unterhalten. Dabei wurde klar, wie viel Informations- und Aufklärungsbedarf besteht. Deshalb haben wir TypischAllergie ins Leben gerufen. Mit vielen Expert:innenvideos, Erfahrungsberichten und Beiträgen.

typischAllergie.de



Anti-Allergie, Pro-Lebensfreude

Angefangen hat es bei Christoph ganz abrupt: brennende und juckende Augen, ständiges Niesen und eine dauerhaft laufende Nase.

Diagnose: Pollenallergie. Doch nach seiner Hypo sieht er die Welt ganz anders: "Ich bin aber schon jetzt enorm froh über die Wirkung. Ich würde jedem Allergiker raten, eine Hypo auszuprobieren."



<https://typischallergie.de/stories/erfahrung-hyposensibilisierung>

LÄUFT.

Denken Sie jetzt an Augen und Nase?

Dann sollten Sie unbedingt einen Blick in diese Broschüre werfen. Schließlich gibt es Alternativen für alle Allergiegeplagten, die ihr Leben wieder genießen wollen. Fragen Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin, welche Therapieform zu Ihnen passt.

Eine Allergie kommt selten allein:

TYPISCH ALLERGIE IN SERIE



1. Typisch Milbenallergie
2. Typisch Kreuzallergie
3. Typisch Pollenallergie
4. Typisch Tierallergie
5. Typisch Schimmelpilzallergie
6. Typisch Nahrungsmittelallergie
7. Typisch Allergie & Neurodermitis
8. Typisch Allergie & Folgen

Herausgegeben von: