

www.leti.de Der neue LETI Ratgeber online – renommierte Mediziner beantworten wichtige Fragen rund um Atopie und Allergien.



Dieser Ratgeber entstand unter Beratung von Prof. Dr. med. Ludger Klimek, Allergiezentrum Wiesbaden, Präsident des Ärzteverbands Deutscher Allergologen e.V.

NASE VOLL VON HEUSCHNUPFEN?

Ratgeber Pollenallergie



LETI Pharma – Experten für Allergie und Haut. Mehr Freiheit und Lebensqualität für die Patienten. Das ist unsere Mission.

LETI Pharma GmbH
Gutenbergstraße 10
85737 Ismaning

Kundenservice
Tel.: +49 (0)2302 202 86-0
info@leti.de
www.leti.de

Art.-Nr. ALE0326

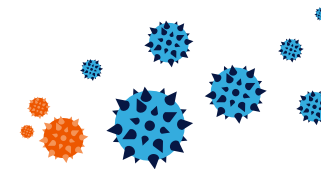
 **LETIPharma**
seit 1919 

NASE VOLL VON HEUSCHNUPFEN?

Die Pollenallergie und ihre Auslöser

Eine allergische Reaktion Ihres Körpers können Sie sich so vorstellen: Sie halten einen guten Freund für einen Einbrecher und verteidigen sich irrtümlich mit ganzer Kraft gegen ihn. Bei Heuschnupfen wehrt sich das Immunsystem übermäßig gegen eigentlich völlig harmlose Pflanzenpollen. Schon wenige Pollenkörner genügen, um eine heftige Reaktion des Immunsystems auszulösen.

Die häufigsten Symptome sind eine laufende und juckende Nase, Niesattacken sowie tränende, gerötete und entzündete Augen. Oft ähneln die Beschwerden denen einer Erkältung. Deshalb sind ein Besuch beim Allergologen und gegebenenfalls ein Allergietest ratsam.



15%

der Bevölkerung in Deutschland leiden an Heuschnupfen. Das sind

12 Millionen Menschen.

Die unterschiedlichsten Pflanzenpollen können Heuschnupfen auslösen: Gräser, Getreide, Sträucher, Bäume oder Kräuter. Für eine wirksame Behandlung muss der Allergologe den oder die individuellen Auslöser finden. Dafür befragt er die Patienten zunächst ausführlich zu ihrer Krankengeschichte.

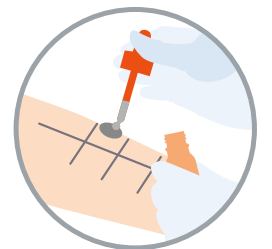
So kann er die Auslöser eingrenzen. Die genaue Pflanzenart identifiziert er meist durch den sogenannten Pricktest. Dieser ist bereits bei Babys möglich.

Der Arzt trägt verschiedene Lösungen mit jeweils einem Allergen auf dem Unterarm des Patienten auf. Durch einen winzigen Piks dringen sie in die Haut ein. Reagiert der Körper darauf, beispielsweise mit Rötungen oder Juckreiz, ist das ein Hinweis auf einen relevanten Allergieauslöser.

Heuschnupfen



Pricktest



GUT ZU WISSEN

Heuschnupfen dauerhaft lindern

Bei leichten Pollenallergien schwächen sogenannte Antihistaminika vorübergehend die Symptome ab. Allerdings befreien diese Medikamente immer nur kurzzeitig von den allergischen Beschwerden und machen häufig müde.

Die Hyposensibilisierung ist die einzige Behandlung, die die Ursache einer Allergie bekämpft und ihre Symptome langfristig verbessern kann.

Sie ist auch die einzige Möglichkeit, das Risiko für einen sogenannten atopischen Marsch oder Etagenwechsel zu senken: Allergiker leiden häufig nicht nur an einer, sondern an mehreren allergischen Erkrankungen. Neurodermitis ist meist der Beginn einer Allergiker-Laufbahn; in den folgenden Jahren entwickeln Patienten oft zusätzlich Heuschnupfen oder allergisches Asthma. Die Allergien „marschieren“ sozusagen durch den Körper: von der Haut zu Nase und Lunge.

Sprechen Sie Ihren Arzt auf die Hyposensibilisierung an.



4 von 5

Allergikern können ihre Symptome mit einer Hyposensibilisierung erfolgreich abschwächen.

Voraussetzung für den Therapieerfolg ist die aktive Mitarbeit des Patienten über drei Jahre Behandlungsdauer.

RATGEBER HEUSCHNUPFEN

Tipps für den Alltag

Sie können selbst viel dazu beitragen, Ihre Beschwerden zu lindern:

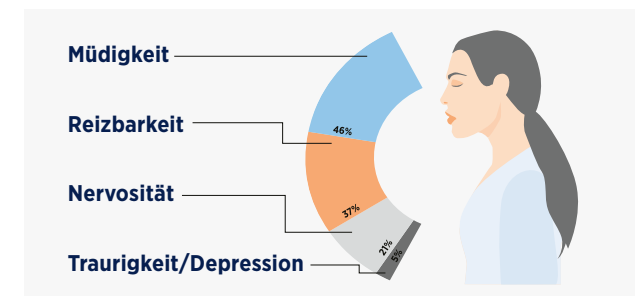
- Die Nase regelmäßig mit einer Kochsalz-Spülung reinigen und befeuchten.
- Lüften, wenn wenig Pollen fliegen: in der Stadt morgens zwischen 6 und 8 Uhr, auf dem Land nach 18 Uhr.
- Getragene Kleidung nicht im Schlafzimmer aufbewahren.
- Urlaub in Regionen machen, in denen die allergieauslösenden Pflanzen nicht wachsen oder zumindest dann nicht blühen. Hochgebirge, Inseln oder Küsten haben allgemein eine schwächere Pollenbelastung.
- Das Fell von Hunden oder Katzen ist ein Magnet für Pollen, deshalb das Haustier vor der Haustür gründlich abbürsten.
- Wäsche nicht draußen trocknen.

Zahlreiche weitere hilfreiche Tipps auf www.leti.de

Heuschnupfenpatienten leiden häufig an trockener Haut und Juckreiz. Durch die Allergie ist ihre Hautbarriere geschädigt. Die Haut verliert an Feuchtigkeit, Allergieauslöser und Schadstoffe aus der Umwelt können in die Haut eindringen und dort die allergischen Beschwerden auslösen. Allergiker sollten daher ihre Krankheit immer ganzheitlich behandeln. Dabei ist eine regelmäßige Pflege mit medizinischen Hautpflegeprodukten ein wichtiger Bestandteil.

Pollenallergien lösen nicht nur körperliche Symptome aus. Auch die Lebensqualität und Leistungsfähigkeit der Betroffenen leidet. Da sie selbst nachts unter Jucken, Niesen, Kratzen und Fließschnupfen leiden, schlafen viele Pollenallergiker schlecht. Tagsüber können sie deshalb gereizt, unausgeglichen und in manchen Fällen sogar depressiv sein.

Psychische Auswirkungen von Heuschnupfen



Quelle: Canonica G.W., Bousquet, J., Mullol, J., Scadding, G.K., Virchow, J.C.: „A survey of the burden of allergic rhinitis in Europe“, in Allergy 2007; 62 (Suppl. 85): 17-25.

Hautpflege für Pollenallergiker

LETIAT4 ist eine medizinische Hautpflegeserie speziell für die Haut von Allergikern* und Neurodermitispatienten. Alle Produkte unterstützen die Linderung der vier typischen Symptome: Trockenheit, Juckreiz, Reizungen und Infektionen.

Allergiker sollten sich zweimal täglich eincremen, um ihre Hautbarriere optimal zu pflegen.



JETZT GRATIS TESTEN**

Luxusproben von LETIAT4 gratis bestellen und kennenlernen: www.leti.de/gratisprobe

* Subtyp I wie Heuschnupfen oder allergisches Asthma
** solange der Vorrat reicht

www.leti.de Der neue LETI Ratgeber online – mit noch mehr Tipps und Wissen für Allergiker